بنت النيل
اكتوبر ١٩٥٦



المرأة المصرية

للمرأة المصرية مواقف سجلها لها التاريخ ، مواقف جديرة بأن تجعل منها مثلا للمرأة المكافحة التى تمضى فى طريقها بعزم وايمان مهما كانت العقبات ومهما كثرت الصعاب أمامها ·

فقد وقفت منذ بداية هذا القرن تكافح فى سبيل حقوقها سواء كانت هذه الحقوق متعلقة بحياتها المدنية أو بكيانها الدستورى أو بكيان وطنها الذى بذلت من أجله كل غال وعزيز ·

ففى سنه ١٩١٩ نزلت المرأة المصرية الى الميدان جنبا الى جنب مع الرجال ناسية أنها الى ذلك الحين كانت محجبة قعيدة البيت فاقتحمت بفطرتها الميدان السياسى وشاركت الرجل فى الدفاع عن حرية البلاد وسالت دماء النساء ودماء الرجال فى معارك الوطنية والحرية وأثبتت بذلك الاندفاع الجبار أنها جديرة بالمساواة بالرجال ·

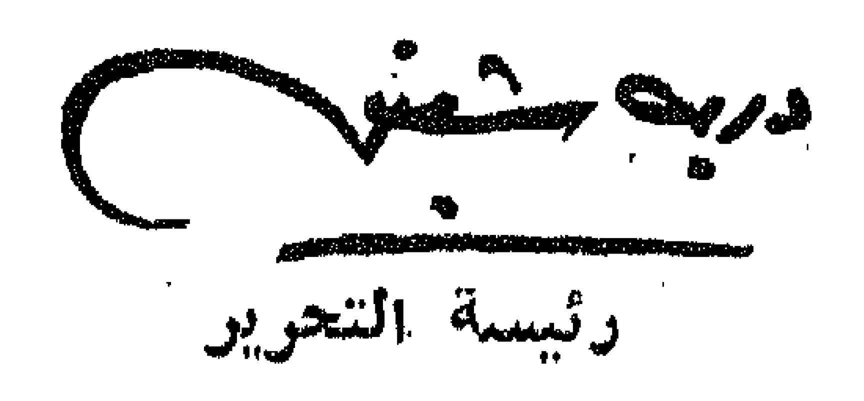
وفى سنة ١٩٢٤ تصدرت الزعيمة العاطرة الذكر هدى شعراوى النهضة النسائية مطالبة بحقوق المرأة فى التعليم وفى الحياة المدنية فخاضت المعركة بعزيمة جبارة فمزقت الحجاب وألقت به أرضا معبرة بذلك عن ارادتها الفتية لتحرير المرأة والتخلص من الماضى البالى وفتح الابواب أمام الفتاة المصرية للعلم والعمل ·

وفتحت الابواب فعلا بفضل هدى شعراوى أمام الجيل الحاضر من فتيات مصر فاقتحمن ابواب الجامعة وتلقين العلم جنبا الى جنب مع الطلبة برغم أنف خصوم المرأة والناقمين عليها ·

ونزلت الفتيات الى ميادين العمل واقتحمن الابواب الموصدة وقاومن كل معارضة وتحد شنه الرجعيون عليهن وبين طرفة عين وانتباهتها وجدن حولنا فتيات ناجحات بكل معنى هذه الكلمة فى المحاماة والطب ، والصحافة والهندسة والطيران والزراعة ، وميادين الاجتماع والتعليم والصيدلة وحتى شئون الذرة لم تتردد المرأة فى اقتحامها ·

وعندما سجلت المرأة المصرية هذا النجاح الرائع وهى المرأة الذكية القوية الارادة المؤمنة برسالتها فى الاسرة والمجتمع والوطن شعرت بأن من واجبها أن تطالب بحقوقها الدستورية كاملة غير منقوصة · فوقفت فى الميدان بصلابة وايمان وطالبت بالمساواة المطلقة مع الرجال فى الحياة الدستورية ولم تتقهقر لحظة واحدة فى سبيل المطالبة بحقوقها السياسية الكاملة فكان من نصيبها التوفيق لانه لا يضيع حق وراءه مطالب ·

وفى الازمات الوطنية وجدنا المرأة المصرية تلبى دائما نداء الوطن مدركة تماما أن حقوقها المدنية أو الدستورية ليس لها وجود أو كيان الا فى وطن مستقل متحرر فوجدناها دائما مستعدة للتضحية والفداء فى سبيل وطننا العزيز ·



درية شفيق

رئيسة التحرير



إعرفي الدنيا ...

واجبك الآن

واجبك الان سواء كنت زوجة أو أما أو آنسة .. واجبك الان أن تعملي جاهدة على أن تقدمي للوطن في داخـل الاسرة وفي محيطك المحدود اجل الخدمات واسماها ..

فنحن الان في معركة التقشف وواجبنا الان أن ننتصر في هذه المعركة والمرأة هي السـلاح الفتاك فيها هي المدفع الرشاش هي القنبلة الذرية .. هي كل معداتها للنصر

وأنت تعلمين ياسـيدتي أن الكماليات تستنفد جانبا من دخل الاسرة ـ مهما قل فهو كثير في هذه الظروف ـ ومعظم الكماليات نستوردها من الخارج وندفـع فيها مبالغ طائلة وواجبك الان الاستغناء ما أمكن بفضـل تدبيرك وحسن نظامك وحسن ادارتك لشئون الاسرة والمنزل.

نحن لا نطلب منك ياسيدتي أن تكوني راهبة ولا أن تعيشي أنت وأفراد الاسرة على الكفاف ولم نطلب منك ياسـيدتي أن تعدلي عن زينتك وأناقتك ولا نطلب منك ان تقتري على نفسك وزوجك واولادك في المعيشة .

لا نريد شيئا من هذا عـلى الاطلاق.. ولكن نريد الاقتصاد الذي تستطيعين معه أن توفقي بين حاجياتك وبين الاقتصاد في الكماليات التي كنت تبالغين في شرائها وتدفعين فيهـا الشيء الكثير .

انك ياسـيدتي يمكنك أن تؤدي هـذا الواجب دون ان يشعر أحد من أفـراد الاسرة بنقص ما في حاجياتهم . ودون ان يشعروا اطلاقا بأن معيشتهم قد تأثرت بأي نقص .. فربة البيت الحكيمة والسيدة المدبرة هي التي تحسـن التصرف في مثل هذه الامور وتواجه الصعاب بثبات وايمان .

ليس من الضروري ان تكـون الفساتين في هذا العام من اغلى الاصناف فهناك ما يغني عنهـا ولا يختلف عنها في شكلها أو لونها ولا يدرك الفرق بينها الا أنت فقط وهنـاك من أنواع الزينات ما يقل ثمنه عن الانواع التي تستعملينها .. ولا يظهر الفرق بينها ... بيدك أنت كل هذا وواجبك الان أن تعملي هذا تلبية لنداء الوطن ..

((بنت النيل))

مصر :

طلبت مصر عقـد مجلس الامن للنظر فيما تقدم عليه فرنسـا وانجلترا من أعمال استفزازية ضد مصر . وقد سلم الاستاذ عمر لطفي رئيس وفد مصر الدائم في الامـم المتحدة هذا الطلب الى رئيس مجلس الامن مساء يوم ٢٤ سبتمبر الماضي

وكان نص البلاغ المصري لمجلس الامن كالاتي : تقوم بعض الدول وعلى الاخص فرنسا والمملكة المتحدة بأعمال ضد مصر تعد خطـرا على السلام العالمي كما تعد خرقا خطيرا لميثاق الامم المتحدة .

هذا ولا ريب في أن عرض قضية قنال السويس على مجلس الامن قد كشف النوايا البريطانية الفرنسية بوضوح أكثر ..

كما أنه أشرك العالم أجمع في تفهم حقيقة موقف مصر وحقيقة ما تعرضت له من ضغط ووعيد وارهاب من الدول الاستعمارية .

قضية الجزائر

تعتزم الدول العربيـة عرض المشكلة الجزائرية على الجمعيـة العمومية لهيئة الامم المتحدة رغمـا من اعتراض الهند التي تحاول حل هذه المشكلة عن طريق المفاوضات بين الجزائر وفرنسا .

والمعروف ان الوفد الفرنسي في الامم المتحدة كان قد انسحب على اثر ادراج هذه المشكلة في جدول أعمال الجمعية في العام الماضي ، ولم يعرف حتى الان موقف فرنسا عند ادراج هذه المشكلة في جدول الاعمال هذا العام .

نيودلهي :

جاء في تقارير الدبلوماسـيين الاجـانب التي وصلت من كابول عاصمة أفغانستان انها ستحصل على أسلحة من الدول الشرقية يتراوح ثمنها ما بين ٢٠ و ٢٣ مليـون دولار .

وكان السيد داود خـان رئيس وزراء أفغانستان قد صرح في أوائل هذا الشهر الماضي بأن حكومتـه ستحصل على أسلحة من روسـيا وتشيكوسلوفاكيا على قرض يسدد على ثماني سنوات . ولكن تقارير هؤلاء الدبلوماسيين تشير الى أنه لا صلة لهذا القرض بالمعونة الاقتصـادية السوفييتية البالغ مقـدارها ١٠٠ مليون دولار والتي سبق ان قدمت الى أفغانستان .

لندن

تتوقع الدوائر السياسية في لندن سقوط حكومة جي موليه الفرنسية .. فقد ضعف مركـزها أخيرا ، واعترف بينو وزير الخـارجية بأن مؤتمر لندن الثاني حطم امـال الفرنسيين لانه تساهل كثيرا مع مصر .

وقد وجهت الصحف البريطانيـة نصيحة لفرنسا بعـدم الخلط بين مسألتي الجزائر والقناة .

وقـالت الصحف أنه يجب عـلى فرنسا ألا تتجاهل القومية الاسلامية العربية في الجـزائر . ونصحت فرنسا بألا تعتقد ان جمال عبدالناصر هو سبب مشكلة الجزائر .



زوج المنجمة : حـذري معايا ايه في اتنفسه دي .. ؟

الزوجة : ما اعرفشي ..



• أصدرت الحكومة اللبنانية قرارا بعدم السماح لاساطيل الدول الغربية الثلاث بزيارة الموانئ اللبنانية . وقد أبلغ وزير الخارجية هذا القرار لسفراء الدول الثلاث .

• صرح الاميرال ارثر رادفورد رئيس هيئة أركان حرب القوات الامريكية المسلحة بأنه وجميع أعضاء الهيئة متفقون على معارضة كل تدخل عسكرى فى أزمة القنال .

• اتهم نواب المقاعد الخلفية فى حزب المحافظين مستر دالاس بأنه تسبب فى فشل مؤتمر لندن الثانى نتيجة لسياسته المائعة ذات الوجهين

• قررت اندونيسيا منع موسى شاريت السفير المتجول ووزير خارجية اسرائيل السابق من دخول الاراضى الاندونيسية .

• يزور أونو رئيس وزراء بورما السابق الصين الشعبية فى الشهر الحالى بناء على دعوة خاصة من حكومة بكين .

• عقد سفيرا الولايات المتحدة والصين الشعبية بجنيف ثمانية وخمسين اجتماعا دون الوصول الى نتيجة ما . وقد استمرت محادثاتهما السرية ١٣ شهرا حتى الان .

• طالب مستر جون ستراتشى ، وزير الدفاع السابق فى حكومة العمال باجتماع مجلس العموم فورا لسؤال الحكومة عن سبب الاحتفاظ بعشرات الالوف من جنود الاحتياط تحت السلاح رغم انتهاء مدة خدمتهم ، وقال مستر ستراتشى أن الشعب يريد ان يعرف هل رجعت الحكومة عن سياسة القوة أم لم ترجع .

• صرح مسيو بينو فى المجلس الاعلى للفرنسيين المقيمين فى الخارج بأن هناك مشاكل عصيبة فى أفريقيا الشمالية والجزائر بنوع خاص .. وقال أنه يجب أن نبحث عن حل لايجاد التعاون بين الفرنسيين الاوروبيين والفرنسيين المسلمين أى الجزائريين ..

• وصف بول رينو رئيس اللجنة المالية فى الجمعية الوطنية الفرنسية قرار الحكومتين الفرنسية والبريطانية بعرض مشكلة القناة على مجلس الامن بأنه هزيمة دبلوماسية ، وقال أنه على الدول الاوروبية أن تتحد كما وحد عبد الناصر الدول العربية .

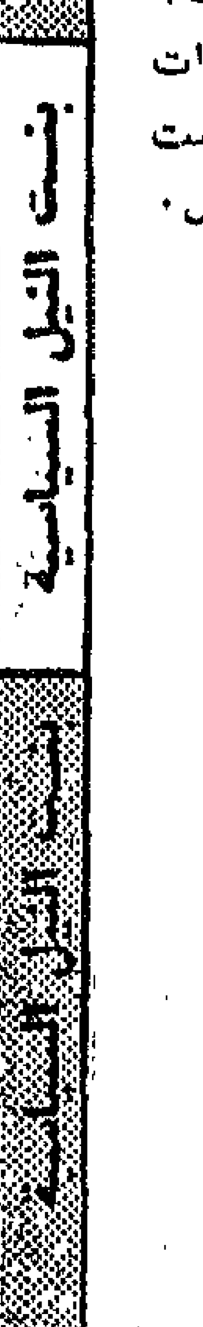
• نشرت جريدة الديلى هيرالد رسالة جاء فيها ان الرئيس ايزنهاور والمستر دالاس وزير خارجية أمريكا أنذرا بريطانيا وفرنسا بأنهما لن تتلقيا أية مساعدة عسكرية من أمريكا اذا ما أشعلتا الحرب بسبب مشكلة قنال السويس .

• صرح جون فوستر دالاس بعد عودته من مؤتمر لندن الثانى — بأن حكومته لا تمد حكومات — أية حكومات — باموال لاقناعها بألا تخطو خطوة معينة لانها لا تقبل وضع أمريكا فى مركز من يقفأ عينه بيده

• أصدر الرئيس ايزنهاور تقريرا قال فيه أن الولايات المتحدة الامريكية منحت حلفاءها ما قيمته ١٤٫٢ مليار دولار على سبيل المساعدات العسكرية خلال السنوات الست الماضية وفقا لبرنامج الامن المتبادل .



— الله ... مالك مدشدش كده ليه ؟ ..
— أمال لو شفتى العربية تقولى ايه ؟..





المرأة في الحياة الاجتماعية

بدات القاهرة تستعد لاستقبال فصل الشتاء . فصل العمل والنشاط .

وبدات نجوم المجتمع المصرى تنتقى آخر مودات الموسم الجديد من كبريات دور الازياء .. !

وسيشهد المجتمع هذا الشتاء نشاطا ملحوظا .. تساهم المرأة المصرية بنصيب كبير فيحياتنا العامة ...

المرأة فى الحياة العامة

ويمتاز نشاط المرأة فى هذه الايام بظاهرة جديدة فقد بدأ نشاطها يشمل جميع النواحى العامة وبدأ أثرها يظهر بصورة واضحة مما يؤكد أن المرأة تؤدى دورها فى حياتنا العامة

نشاط الجمعيات

وبدأت الجمعيات تزاول نشاطها بعد انتهاء فترة الصيف فقد عادت السيدة هدية بركات الى مزاولة نشاطها فى جمعية المرأة الجديدة كما استأنفت هذا النشاط معها السيدة أمينة صدقى وبعض سيدات الجمعية .

فى الهلال الاحمر

وتواصل جمعية الهلال الاحمر نشاطها لتنفيذ بعض مشروعات الهلال الحيوية وتوالى السيدة جنان الشواربى اجتماعاتها بسيدات الجمعية لتنسيق العمل مع الجهات المختصة

حماية الاسرة

أوشكت وزارة الشئون الاجتماعية على الانتهاء من التشريعات الخاصة بحماية الاسرة ومن بينها مشروع تضييق الطلاق ومنع تعدد الزوجات وغير ذلك من التشريعات الخاصة بحماية الاسرة وصيانتها .

مؤتمر الاقتصاد المنزلى

انتهى المؤتمر الاول للاقتصاد المنزلى من اصدار قراراته ، التى دعت الى عقده بالقاهرة الهيئة المصرية الامريكية المشتركةفى معهدى التدبير المنزلى والفنون الطرزية وتولت رئاسة المؤتمر السيدة دولت الصدر عميدة معهد التدبير المنزلى .

عودة القافلة

وعادت الى القاهرة من أيام قافلة ال الطرابلسى من الاسكندرية فقد عادت السيدة فائزة الطرابلسى وبقية أفراد الاسرة .



السيدة جنان الشواربى — السيدة علية الفار

المرأة اليوغسلافية

يبلغ عدد النساء اليوغوسلافيات اللائى يشتركن فىالنشاط الحربى ٥ر٢ مليون امرأة..وتساهم المرأة اليوغوسلافية بنصيب كبير فى البناء الاشتراكى للبلاد .. وقد كفلت لها القوانين الدستورية حقوقها الكاملة فى المساواة بالرجل فى العملوالاجور والوظائف والترقية ..

زيادة العاملات

تزايد عدد النساء العاملات فى مختلف بلاد العالم ففى النمسا بلغت نسبة النساء العاملات ٣٩ فى المائة وفى فرنسا ٣٤ فى المائة وفى المانيا ٣٣ فى المائة وفىأسبانيا ٦ فى المائة . أما فى أمريكا فلا تزيد نسبة النساء العاملات على ٢٨ فى المائة .



بعد الشفاء

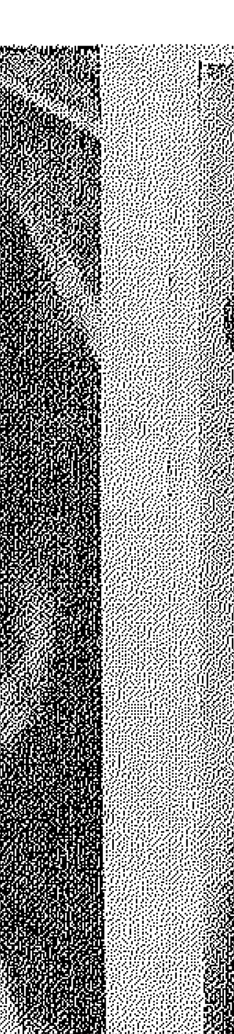
بدأت السيدة عزيزةهيكل تستعيد نشاطها الاجتماعى ..بعد أن من الله على زوجها الدكتور محمد حسين هيكل بالشفاء العاجل من مرضه الذى ألزمه الفراش ..

من سويسرا

عادت أخيرا السيدة زينب نور أمينة صندوق اتحاد بنت النيل بصحبة زوجها السيد محمود متولى نور .. بعد قضاء ثلاثة أشهرونصف فى سويسرا للراحة والعلاج

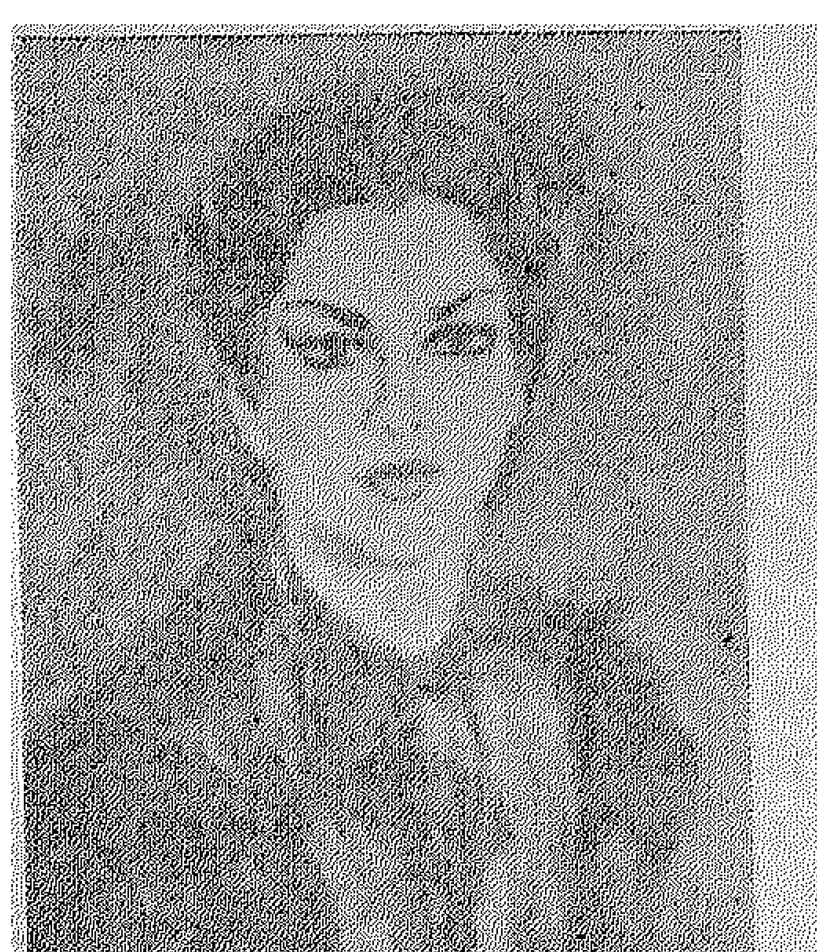
بعد جمع القطن

عادت الى القاهرة حرم السيد شكرى اباظه من بلدتها القبة بالشرقية التى أمضت فيها موسم الصيف ، حيث جمعت بيدها مع فلاحى القرية محصول القطن من أرضها الطيبة .









السيدة زينب نور — السيدة اقبال نصار — السيدة ناهد نافع — السيدة فايزة الطرابلسى



السيدة هدية بركات



السيدة أمينة صدقى

سهرة الاسبوع

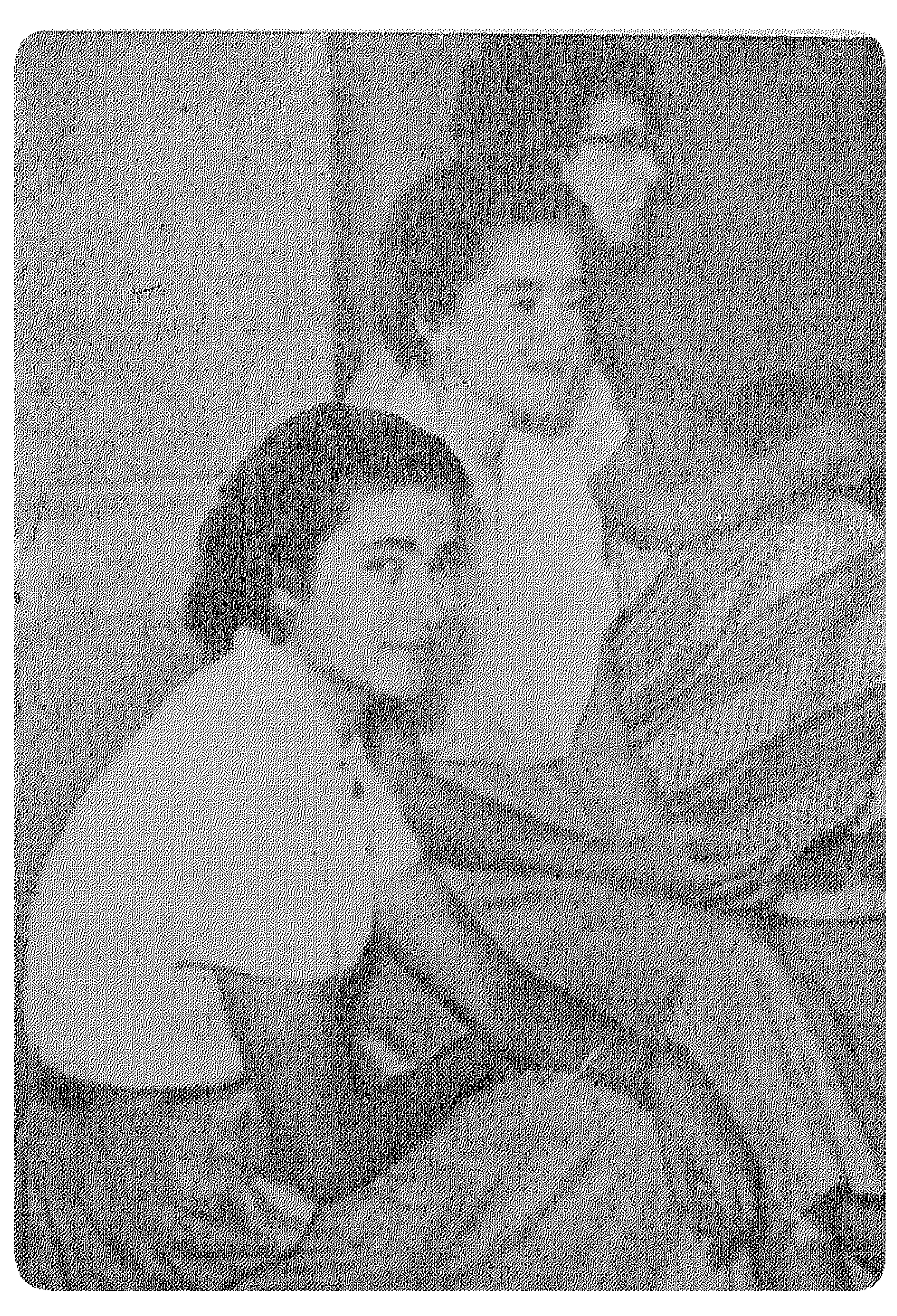
وسهر المجتمع هذا الاسبوع فى صالة فندق سميراميس ، بمناسبة حفلة افتتاح موسم الشتاء ..

وقد استمتع المدعوين بمشاهدة بعض النمر الجديدة .. كما رقصوا على أنغام الموسيقى العذبة حتى مطلع الفجر..

ذراع واحد

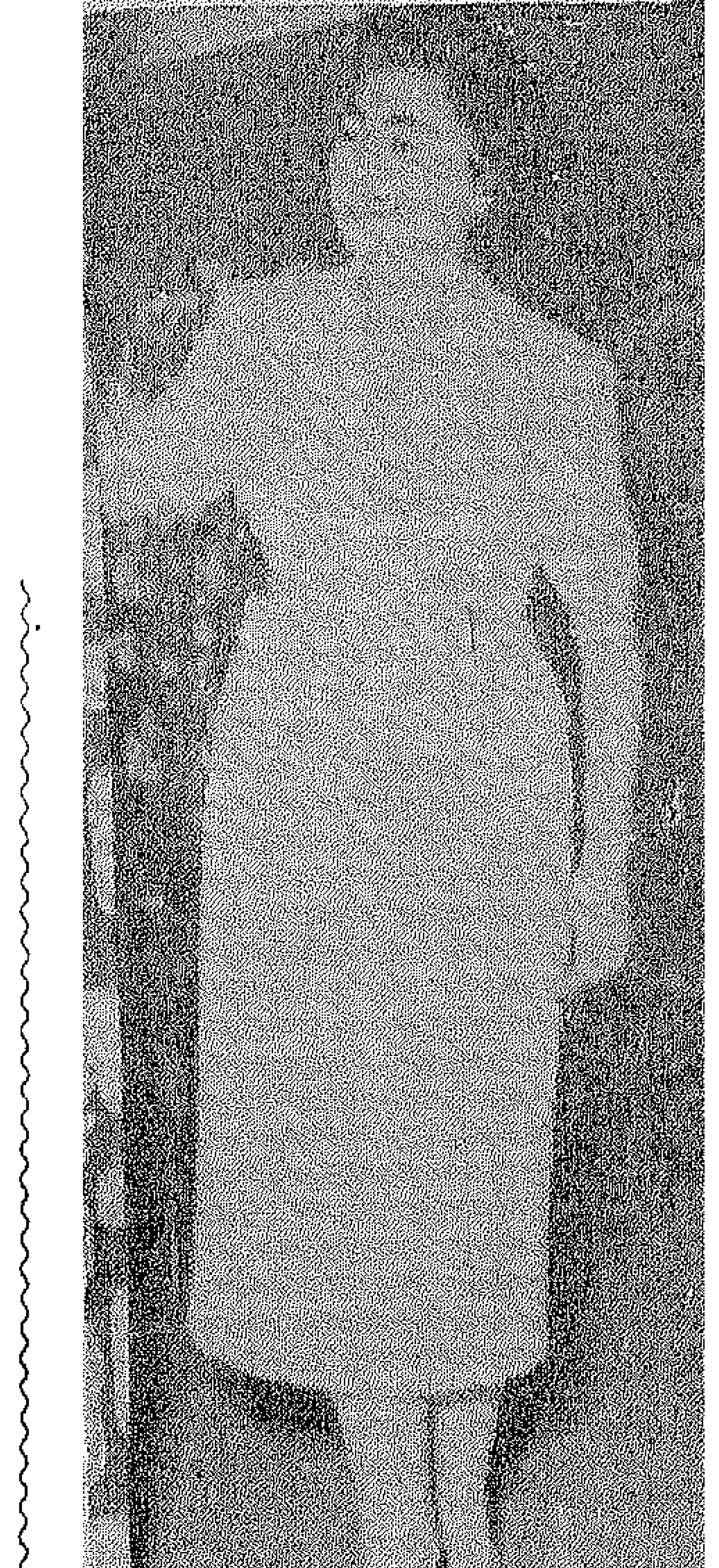
بدأت تظهر مودة جديدة لفستان سهرة «بكم واحد» وهذه المودة تعيد الى ذكرياتنا ملابس ملكة طروادة

وقد ظهرت بعض سيدات المجتمع بهذه المودة ومن مستلزمات هذه المودة اسورة فاخرة فى أعلى الذراع العارى



أجراس الجامعة تدق ايذانا ببدء العام الدراسى





أول معيدة بكلية الطيران ..

رباب البيوت

تم تعيين بعض خريجات الجامعة كمرشدات تموينيات .. سيقمن بالاتصال بالجمعيات النسائية لتنظيم مقاطعة السلع التى ترتفع بلا مبرر ولمقاطعة التجار الجشعين ..

ودعت السيدة ناهد نافع الجمعيات النسائية المهتمة بشئون التموين الى اجتماع عاجل لعمل الدعاية على أوسع نطاق .. ونشر الوعى التموينى بين ربات البيوت

انتظار مولود

تعود هذا الاسبوع حرم السيد محسن أباظه سكرتير المفوضية المصريه فى ألمانيا الغربية وستنزل فى ضيافة والدها السيد مصطفى فوده حيث تنتظر وضع مولودها الاول بعد أيام قليلة .

الصلح خير

تم الصلح أخيراً بين الموسيقار محمد عبدالوهاب والسيدة اقبال نصار زوجته وعادت المياه الى احسن مما كانت عليه بينهما ..

مبروك

• أحتفل بزفاف الانسة عفاف على الاستاذ فاروق أبو القاسم

• والانسة نوال رمضان الطالبة بليسانس الاداب على الاستاذ المهندس احمد عباس

• وتم زفاف الانسة سعاد نايل على المهندس الاستاذ محمد مدحت

• تم زفاف الانسة فاطمة عبد المجيد الطالبة بكلية الاداب على الاستاذ محمد البرديسى

• والدكتورة هدى عبد الصبور والى خريجة طب قصر العينى والدكتور محمدى الغرورى

• وتم عقد قران الانسة منى كامل على اليوزباشى صلاح المازنى

• والانسة اعتماد مجاهد الطالبة بكلية التجارة الى الاستاذ محمود محمد حسن



الانسة مسرات الحارس

المرأة فى قيادة السيارة

أعلن أحد معاهد الاحصاء فى أمريكا أن المرأة أحسن فى قيادة السيارة من الرجل لانها لاتسير بسرعة جنونية وتقود السيارة بعناية وانتباه ويلى السيدات فى هذه الناحية الاطباء .

وقال المعهد فى احصائه ان اسوأ قيادة للسيارات هى قيادة الفنانين والمحامين ورجال الاعمال لانهم يضطرون لاستخدام السرعة فى تنقلاتهم ..!

السيدة ثريا على

ضيفة من السودان

وتزور مصر الان سيدة سودانية لها مكانتها بين الهيئات النسائية فى الخرطوم هى السيدة « ثريا على » وهى أم لاربعة أطفال وقد قدمت القاهرة للراحة والاستجمام .

ميلاد سعيد

احتفلت الانسة مسرات محمد الحارس بعيد ميلادها الثامن عشر وكان الحفل مقصورا على الاهل وصديقاتها



لاول مرة فى مصر تقام مسابقات لاختيار ملكة القطن المصرى .. قرويات مزهوات بعيد جمع القطن

نساء من الشرق

الامبراطورة ثريا

تقيم الان الامبراطورة ثريا فى نيس بفرنسا وقد قصدت الى باريس لشراء ملابس الشتاء وقد وصلت اليها فى نفس القطار الذى وصلت فيه جريتا جاربو النجمة السينمائية المعروفة

ومما يذكر ان الاطباء فى باريس ولندن وموسكو قطعوا بأن الملكة ثريا لن تنجب اولادا .. ولكنها برغم ذلك لم تقطع الامل ولم تيأس من رحمة الله

ولاية العهد فى ايران

وتتجه النية الان الى تعديل نظام ولاية العهد فى ايران بحيث يتسنى اسناد ولاية العهد الى الاميرة شاهناز كريمة الامبراطور مالم يعقب مولودا ذكرا

وبهذه المناسبة نذكر انه يتوقع بين حين واخر اعلان خطبة الاميرة الى ياور جلالة الامبراطور ونجل الجنرال زاهدى

الملكة دينا

قدمت القاهرة خلال الشهر المنصرم جلالة الملكة دينا ملكة الاردن لقضاء بعض الوقت بها وقد توفى اثناء وجودها بالقاهرة خالها الذى قدمت لزيارته والاطمئنان على صحته

كفاح المرأة السودانية

تتجه النية الى اقامة معرض بالقاهرة يمثل كفاح المرأة السودانية ونشاطها بالقاهرة

وكذلك قررت الاحزاب النسائية فى السودان ربط كفاحها النسائى بكفاح الهيئات النسائية فى مصر فى اتحاد عام لتنسيق جهود النساء فى السودان ومصر .

مؤتمر نسائى فى القدس

عقد فى الشهر المنصرم بمدينة القدس مؤتمر نسائى اشترك فيه سيدات الهلال الاحمر فى بعض البلاد العربية .



الامبراطورة ثريا

زوجة وزير خارجية ايران

كان السيد على اردلان وزير خارجية ايران ضمن لجنة منزيس التى حملت مشروع دالاس الى مصر وقد حضرت مع الوزير الى القاهرة السيدة حرمه وقد زارت معالم القاهرة وخان الخليلى وأعجبت بالمعروضات هناك واشترت كثيرا من هذه المعروضات وقالت انها تود أن تعود الى القاهرة مرة أخرى لتشاهد بقية معالمها .

ولم تنس حرم الوزير أن تزور المقام الحسينى لان الايرانيين يعتنقون المذهب الشيعى الذى يدين بالولاء لآل البيت .

تفضل الصحافة

نزلت الى ميدان الصحافة فى دمشق الانسة سهام الترجمان .

ولهذه الفتاة قصة فقد تخرجت فى كلية الحقوق وأخذت شهادة الليسانس واشتغلت فى بادىء الامر مترجمة فى وزارة الدفاع . وخطر لها ان تشتغل بالصحافة ولكن خشيت أن تمنى بالفشل الذى أصاب زميلات لها من قبل فآثرت البعد عن ميدان صاحبة الجلالة والتوظف أو البحث عن عمل اخر بسبب مقاومة الصحفيين هناك لنزول المرأة الى هذا الميدان .



الملكة دينا



الاميرة شاهناز



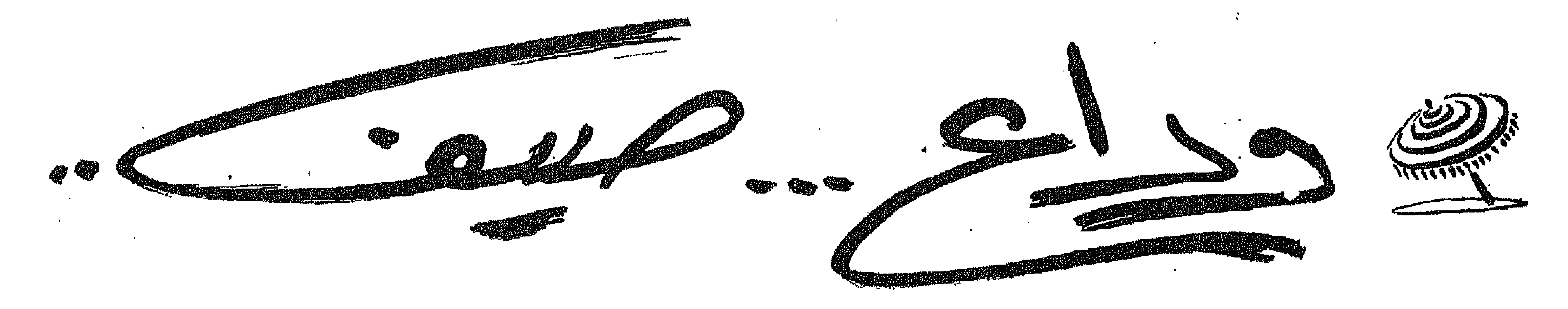
الآنسة سهام الترجمان

وأخيرا استقر رأيها على النزول الى ميدان الصحافة وكل أملها أن تصبح صحفية ناجحة يشار اليها بالبنان .



شواطئنا عالمية .. بها كل مقومات البهجة ..

على طول شواطئنا المصرية الجميلة .. وفى كل منطقة من مصايفنا الساحرة .. بدأت فيالق المصيفين تعود الى حيث كانت .. ملوحة بأيديها التى لفحتها حرارة الشمس الساطعة تودع شواطئنا الناعمة .. وحرارة صيف هذا العام .. لنستقبل فصل الشتاء .. والنشاط والعمل من جديد ..



آخر نسمة .. من نسمات الصيف ..



نزهات بحرية فى قوارب شراعية

من كل مكان .. من مرسى مطروح .. مصيفنا الشاعرى الساحر .. ومن الاسكندرية عروس الشرق .. ومن بلطيم ورأس البر .. شاطىء النغم الهادىء الحالم .. ومن بور سعيد والاسماعيلية .. الشاطىء المشرق الجميل .. ومن كل بقعة من أرضنا الطيبة تشرف على مياهنا العريضة .. أخذت القوافل الاخيرة تعود الى حياة العمل والكفاح من أجل الحياة .. مخلفة وراءها مصايفنا الجميلة .. تأخذ نصيبها من الراحة .. بعد ضجة موسم الصيف التى أحالتها الى حياة صاخبة ومهرجانات دائمة بعثت البهجة وجددت النشاط فى نفوس الملايين من الناس ..

الحياة كفاح

ومما هو جدير بالاعجاب حقا .. فى هذه المناسبة .. تلك المحلات الصغيرة التى افتتحت فى بور سعيد والاسكندرية .. فى جميع المناطق .. وعلى طول الشواطىء .. والتى لفتت أنظار المصطافين من مصريين واجانب ..

محلات متجاورة .. ذات فترينات كبيرة من الزجاج لبيع ما يحتاج اليه المصطاف من السندويتشات .. فول وطعمية .. الى كباب ونيفة .. وكل ما تشتهى النفس من أنواع المأكولات .. وكذلك بعض البوفيهات .. لاعداد القهوة والشاى والمثلجات .. وايضا محلات بها اقفاص من عصافير الكنارية الملونة للبيع .. وتحف شرقية .. وشماسى للشواطىء وكراسيها المصنوعة من القماش .. ومايوهات وبرانيط ونظارات .. وبعض دكاكين لبيع اللب والفول السودانى والسجاير والشيكولاتة والمثلجات وادوات التصوير .. وعدد كبير من الجرادل والعوامات التى يلهو بها الاطفال ..

خليط عجيب من أشياء أعجب !.

واصحاب هذه المحلات الصغيرة طلبة جامعاتنا .. يعملون خلال الصيف للكفاح من أجل مواصلة الدراسة الجامعية حتى نهايتها !.

كانت النظافة .. هى العامل الاول فى لفت أنظار المصطافين .. فهى وحدها أول ما جذب الزبائن لهؤلاء الشبان المكافحين .. الكادحين ..

ان الاشتغال فى « كشك » أو محل صغير مصنوع من الخشب .. ليس عيبا .. لكنه مران على الكفاح فى الحياة .. الحياة من أجل لقمة العيش .. الكفاح .. الكفاح فى سبيل العلم ..

انه الى جانب الكسب .. شغل مفيد لاوقات فراغ الشباب ..

السنوات الاخيرة ..

قد أصبحت مصايفنا فى السنوات الاخيرة .. شيئا جديدا تستحق الاشادة بها .. حقا لقد تحولت فى السنوات الاخيرة القليلة تحولا ملموسا .. فاق كل تقدمها على مدى السنوات الطويلة التى مضت من الزمان ..

قد أصبحت شيئا يغنى المصريين والاجانب على السواء عن أن يهربوا الى « كان » و « الريفيرا » وغير ذلك من مصايف وليالى أوربا ..! حيث كانت ألوف الجنيهات المصرية .. بل لم أكن مبالغا اذا قلت ملايين الجنيهات .. تنفق هناك .. فيما كانت تنفق فيه .. وتخرج من بلادنا الحبيبة .. فى غير نفع .. اللهم الا حبا للمظاهر الكذابة ..

نهضة مصايفنا

ان القفزة التى يجب على الدولة أن تقفزها .. هى نهضة مصايفنا المصرية .. فقد باتت هى المنتظرة .. بل المرتقبة .. هى أن تأخذ الدولة مصايفنا الى المستوى العالى الذى يجعل منها مصايف عالمية ..

نعم .. يجب على الدولة أن تنهض بمستوى مصايفنا المصرية بحيث تجعلها قبلة المصيفين من أوروبا ذاتها ..

ومنفعة مصر

نعم .. ستكون هذه القفزة المرتقبة من جانب الحكومة والجهات المسئولة عملا وطنيا كبيرا .. لا من الناحية السياحية فحسب .. ولكن من ناحية الميزان الاقتصادى للبلاد .. بل ومن ناحية الكسب السياسى أيضا .. فان كل تعريف لضيوفنا الاجانب ببلادنا على حقيقتها الجديدة المشرقة ستكون بلا شك ذات أثر جليل فعال فى ميدان تسابقنا الدولى ..

.. وداع .. وأمل ..

اننى حين اكتب هذه الكلمات .. فى وداع صيف هذا العام .. انما اكتبها من قلب ينبض بالامل الكبير فى أن تكون مصايفنا المصرية الجميلة المشرقة فى القريب العاجل مصايف للعالم ..

« القناع الاحمر »









١ ـ سخر سعيدباشا والخديوى اسماعيل مئات الالوف من فلاحى مصر فى حفر قناة السويس . كم يبلغ عدد العمال الذين ماتوا أثناء عملهم ؟

١ ـ ٢٠٠ الف
ب ـ ١٢٠ الف
ج ـ ٥٠٠ الف

٢ ـ تكلف حفل افتتاح قناة السويس مليونا ونصف مليون من الجنيهات . ودعيت فيه امبراطورة فرنسية معروفة . ما اسمها ؟

ا ـ مارى انطوانيت
ب ـ ماريا تريزا
ج ـ اوجينى

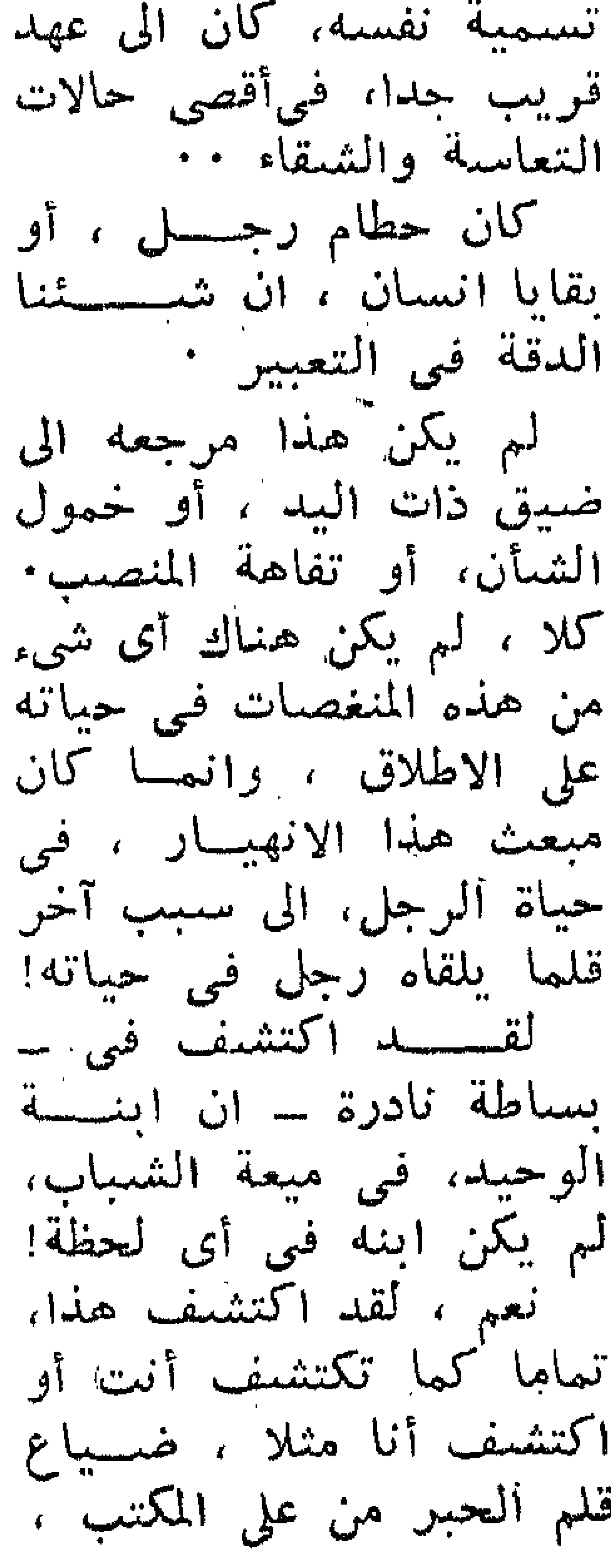
٣ ـ من هو رئيس الوزراء البريطانى الذى استغل حاجة الخديوى اسماعيل الى النقود ، فخدعه واشترى منه أسهم مصر في قناة السويس ؟

ا ـ دزرائيلى
ب ـ بالمرستون
ج ـ اتلى

أعادت له الحياة

من الاشياء المألوفة ، الاليفة ، فى حياة الانسان أن يرى ، مثلا ، طفلا يبتسم أو شابا يغنى ، أو فتاة ترقص ، ولكن قطعا، ليس من الاشياء المألوفة فى شيء ، أن ترى كهلا ، يبتسم ويغنى ، ويرقص فى وقت واحد ! ..

وهذا ما رأيته بعينى فعلا .



وليس هذا كل وجه الغرابة ، أو الشذوذ ، وانما الشيء الغريب والشاذ فعلا ، فى هذا الموضوع ، (عمى صبرى أو صبرى بك) كما يحرص هو على تسمية نفسه، كان الى عهد قريب جدا، فيأقصى حالات التعاسة والشقاء ..

كان حطام رجل ، أو بقايا انسان ، ان شئنا الدقة فى التعبير .

لم يكن هذا مرجعه الى ضيق ذات اليد ، أو خمول الشأن، أو تفاهة المنصب. كلا ، لم يكن هناك أى شيء من هذه المنغصات فى حياته على الاطلاق ، وانما كان مبعث هذا الانهيار ، فى حياة الرجل، الى سبب آخر قلما يلقاه رجل فى حياته!

لقد اكتشف فى ـ بساطة نادرة ـ ان ابنة الوحيد، فى ميعة الشباب، لم يكن ابنه فى أى لحظة!

نعم ، لقد اكتشف هذا، تماما كما تكتشف أنت أو اكتشف أنا مثلا ، ضياع قلم الحبر من على المكتب ، أو انتشال حافظة النقود فى سيارة عامة !

حدث هذا ، فجأة ، بلا تمهيد ، وبلا مقدمات ..

كان يجالس زوجته ، التى عاشرته خمسة عشر عاما كاملة ، حينما أدلت اليه بالخبر ،وأسلمته رقبتها !

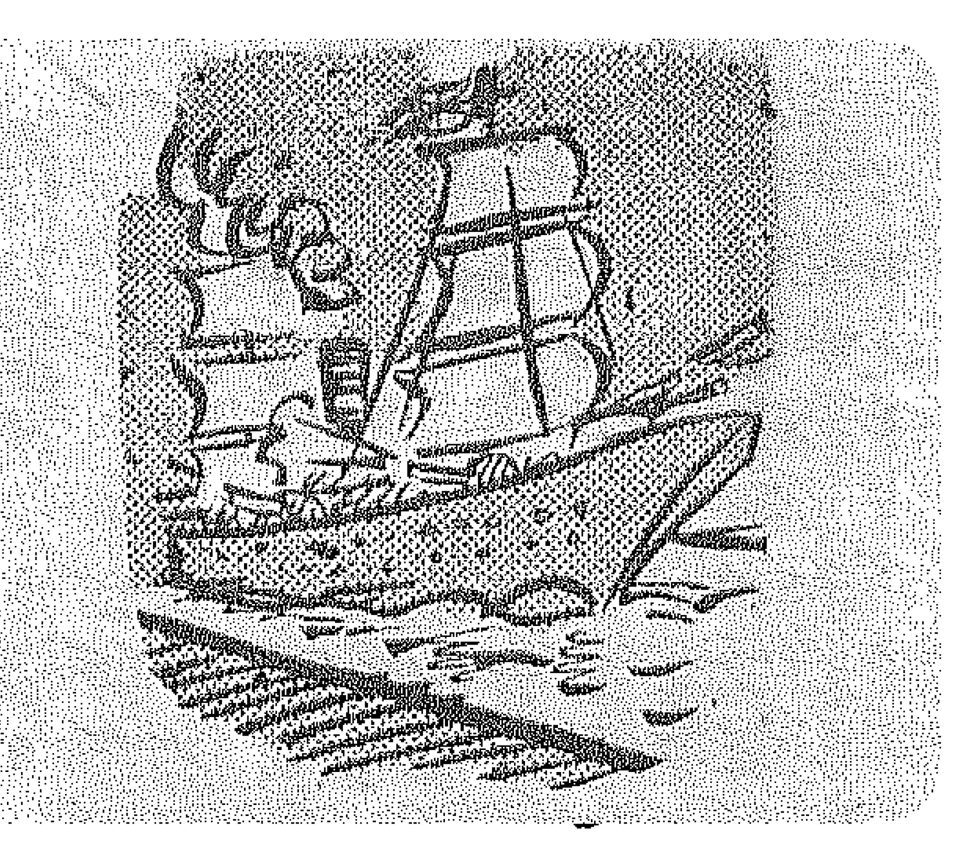
ولم يصدق الرجل ، زوجته ، أول الامر ، ولكنه اضطر أن يعقل كلامها أخيرا ... وانتابته أزمة عنيفة بين عقله ووجدانه ، بين كرامته وضميره ، بين واقعيته ومثله .. ولم يستطع أبدا أن يقاوم حبه « لسمير » ، طفله الشاب .. كيف يستطيع أن يخرجه من حياته .. انه يعيش من أجله ، ويحس الحياة من وجوده ، فكيف تخلو حياته .. وتفرغ أعماقه.. من هذا الحب.. ومن هذا الامتلاء ؟

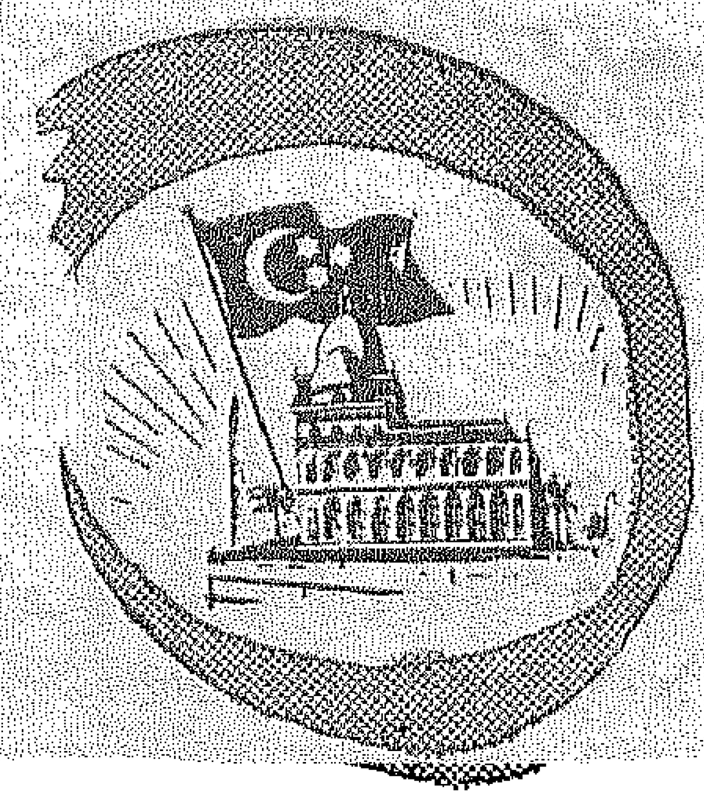
ثم .. ما ذنب سمير ؟

ويعود يسائل نفسه للمرة المليون ، « ولكن .. ما ذنبى أنا ايضا ؟ »

ويحاول أن ينسى .. ولكن كيف ينسى ؟

ولم يجد الرجل أمامه سوى الهرب .. فهرب !





٤ ـ عن طريق قناة السويس تم احتلال مصر . ففي سنة ١٨٨٢ احتل الاسطول الانجليزي القناة وسد مدخلها . ما اسم الاميرال البريطاني الذي قاد الاسطول الانجليزي ؟

ا ـ لورد مونتباتن
ب ـ الاميرال هوايت
جـ ـ لورد رد كليف

٥ ـ انهى الرئيس جمال عبد الناصر الاحتلال البريطاني في يونيو سنة ١٩٥٦ . وانهى امتياز شركة قنال السويس وأممها في :

ا ـ ٢٠ يونيو سنة ١٩٥٦
ب ـ ٢٣ يوليو سنة ١٩٥٦
جـ ـ ٢٦ يوليو سنة ١٩٥٦

(الاجابة على ص ٨٢)



وهنا ألمح في أعينكم، وفي نفوسكم رغبة قوية ، في أن نتتبع الرجل ، في هذه المرحلة التي أعتبرها أنا قد سقطت عفوا من حياته ـ وأن نعرف شيئا عنها ، ولكنني ، أفضل ، أن أحترم رغبته ، وان أقول انها سر من أسراره الخاصة ..

ولكن ـ للفضول ـ لا يمنع هذا من أن أقول لكم على لسانه كما قال لي فيما بعد :

« ان الهرب ليس وسيلة من وسائل النجاة ولكنه ، في وقت معين ، يصبح الوسيلة الوحيدة أمام الانسان لينجو ، ولما كانت هذه الوسيلة، أو هذا الهرب شاذا من أصله ، فالانسان قطعا يسلك طرقا شاذة في تنفيذه أو تحقيقه .. ولتأخذ اللص مثلا لهذه التجربة ، فهو حينما .. يحس بأنه يوشك على أن يقع في قبضة الايدي .. وأنه أصبح وجها لوجه أمام الفضيحة ، وأمام القانون ، وأمام المستقبل الضائع المظلم ، يفقد تفكيره ، ويسرع في الهرب بالغريزة ولو أدى الامر الى أن يقذف بنفسه ، من دور عال ، أو يتسلق أسوارا شائكة ..

ولقد عانيت هذه التجربة . فأحسست تماما احساس اللص ، وكانت الفضيحة ، والمستقبل المظلم ، واليأس ، أمامي في كل اتجاه ، فتسلمت وسيلة الهرب .. ومررت بكل انحناءاتها وقفزاتها ، والتوائها ، وغموضها ... »

ويعود « عمي صبري أو صبري بك » الى حديثه لي .. ولكم فيقول :

«ولقد اكتشفت ذات يوم أنني أمعنت في الهرب .. وأن الاقدام التي كانت تلاحقني أدركها التعب ، ثم اكتشف ـ وهذا أهم ما في الموضوع ـ أنني المسروق ولست السارق .. فتريثت برهة أفكر ، ثم عدت أدراجي ، لاواجه الحياة والناس .. والمستقبل .

عدت انسانا جديدا ـ في الستين من عمره، قد اعتزم أن يبني الحياة من جديد ، وأن يعوض ما فات .. »

وتم لي ما أردت ، فوفقت الى زوجة صالحة ، أفهمتها كل شيء ، وطلبت منها شيئا واحدا .. هو أن تعيد الى نفسي .. أن تعيد الى اكتمالي .. أن ترد الى حياتي وشبابي .. أن ترد الى ابني

(البقية على ص ٨٢)



الشيكولاتة .. هل هي غذاء جيد للأطفال ؟

الاولاد يطلبون شيكولاتة طول النهار والام خايفة تعطيهم حسب طلبهم فتضرهم • فما هي منافع ومضار الشيكولاتة •

الشيكولاتة لها قيمة غذائية كبيرة اذ أن مائة جرام من الشيكولاتة تعطى خمسمائة أو ستمائة وحدة حرارية • وهي غذاء شبه كامل لاحتوائه على مواد أوزوتية وسكرية ودهنية وفيتامينات وخاصة فيتامين (د) المقوى للبنية • كما يحتوى على مواد معدنية : فوسفور وكالسيوم وحديد •• الخ •

يوجد في الشيكولاتة كميات ضئيلة من الفيوبرومين والكافيين المنبهين للقلب والكلى وتكون مع السكر والمواد المعدنية غذاء حيويا ومجددا للجهاز النشاطى •

هل الشيكولاتة غذاء جيد ؟

نعم بشرط أن تكون من نوع جيد وعدم الاكثار من أكلها ويجب ألا تزيد الكمية يوميا عن ٨٠ الى ١٠٠ جرام وألا تزيد كل مرة عن ٣٠ الى ٥٠ جراما •

هل الشيكولاتة سهلة الهضم ؟

الشيكولاتة ككل أكلة غنية بالمواد الغذائية صعبة الهضم قليلا وخاصة اذا أخذت بكميات كبيرة • وتكون الشكولاتة عسيرة الهضم جدا اذا أخذت بعد أكلة ثقيلة ذلك لانها تحتوى على مواد سكرية • ولذلك يستحسن ألا تطعمى أولادك جاتوه بالشيكولاتة أو كريمة الشيكولاتة بعد الغذاء • وكذلك الشيكولاتة باللوز أو بالبندق والمحشوة بالكريمة أو النوجة أو الفستق •

الشيكولاتة والكبد

وقد دلت التجارب الحديثة على أن الشيكولاتة بذاتها ليست متعبة للكبد ولا تؤثر عليه اذا ما كان سليما وتأثير الشيكولاتة يكون على بعض الاشخاص ذوى الكبد الحساس وهم عادة الضعفاء ، أى ان سبب تعب الكبد من الشكولاتة هو حساسية كبد بعض الاشخاص انفسهم وليست الشيكولاتة وقد أجريت تجارب بأن تعاطى أشخاص مائتى جرام من الشيكولاتة ومع ذلك لم يتأثر كبدهم واستمرت فى أداء وظيفته على أكمل وجه •

الشيكولاتة ممنوعة للبعض

ولو أن الشيكولاته غير سامة للكبد السليم فهى متعبة للكبد الحساس ولذا يجب عدم اعطاء الشيكولاتة للاولاد النحفاء الضعفاء الذين يكون كبدهم عرضة لهذه الحساسية • ونلاحظ اصابة هؤلاء بصداع مستمر وقىء ونغزات فى الكبد •

وفضلا عن ذلك يجب منع الشكولاتة عن المصابين بمرض السكر والقلب الذى يتأثر بالكافين الموجود فيها •

وتمنع الشكولاتة أيضا عن الاشخاص المعرضين للامساك اذ أنها تزيد هذا الامساك •

الشيكولاتة والسمنة

طبعا هذه مسألة تهم السيدات فنحذر من تريدأن تنتقص وزنها من الشكولاتة ولو بكميات ضئيلة جدا وتأثير الشكولاتة فى زيادة الوزن ناتج عن احتوائها على المواد السكرية والحرارية ولذا وجب احتسابها ضمن كمية الغذاء وليس بالاضافة اليه •

ونوع الشكولاتة يتأثر بنوع الكاكاو الذى تصنع منه • والنوع الجيد هو الشكولاتة الجامدة اللامعة الجافة ذات الملمس الناعم •

وغنى عن البيان ان الاكثار من الشكولاتة يترتب عليه زيادة الوزن •

والشكولاتة البيضاء ولو أن أكلها غير خطر الا انه يستحسن عدم أكلها لرداءتها وقدمها •

متى نعطى الاولاد شكولاتة

يمكن اعطاء الطفل شيكولاتة ابتداء من السنة الثانية من عمره ولكن بكميات قليلة من ١٥ الى ٣٠ جراما • وبشرط أن تكون من النوع الجيد جدا • وعموما يتحمل الاولاد الصغار الشكولاتة وهى مفيدة لهم لانها مغذية وتحتوى على الكلسيوم والفيتامينات المقوية للبنية • ولكن حذار من الاكثار منها فقد يترتب عليها اضطرابات فى الجهاز الهضمى •

مضار الاكثار من الشيكولاتة

ومن هنا يتضح أن الاكثار من الشكولاتة لذوى الكبد السليم والبنية القوية لا يتولد عن الاكثار من الشكولاتة الا عسر هضم ولا خطورة منه ويمكن التغلب عليه بسهولة •

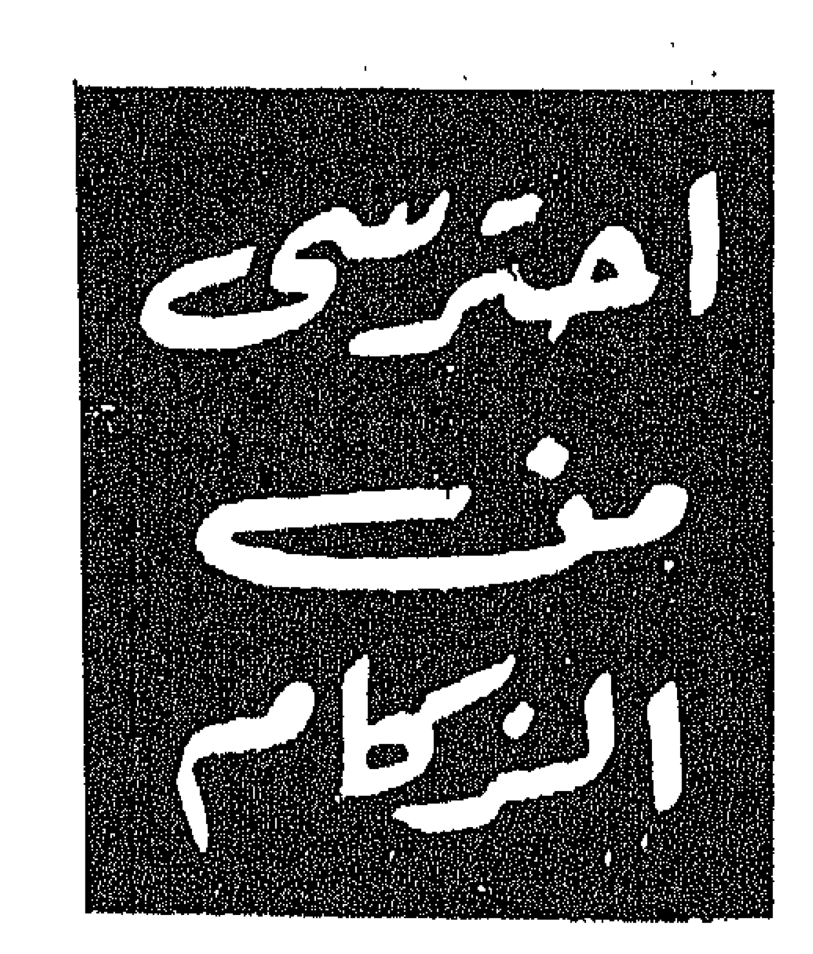
ومظاهر هذه الحالة هى الدوخة والقىء أو الرغبة فيه واضطرابات فى المصران • وعلاج ذلك الامتناع عن الاكل اطلاقا والراحة •

وفى حالة عدم ظهور نتيجة مرضية لا بأس من أخذ مطهر للمصران أو بعض الاملاح الهضمية •

وحذار من المسهلات أو من السوائل التى تساعد على القىء •• أن اضطرابات الشكولاتة تخفى أحيانا نوبة مصران الاعور وخاصة عند الصغار ولذلك يجب اذا أصيب الطفل بمغص بعد تعاطى الشكولاتة ان تقاس حرارته فان كانت مرتفعة لا بد من استحضار طبيب للتحرى والتأكد •

واخيرا يجب الحذر من الشكولاتة القديمة الرديئة فقد تكون سامة وتؤثر تأثيرا سيئا فى الجسم •

وعلى هذا فلا مانع يا سيدتى من اعطاء الاولاد شيكولاتة ولكن دون اكثار وفى حالة اى اضطراب امنعيهم عن الاكل كلية والراحة هذا أحسن دواء ولا خوف من الشكولاتة نفسها •



كل سنة وانت طيبة فالشتاء يقبل وسيأتى معه الزكام وتوابعه اذ أن الجسم فى البرد يبذل مجهودا أكثر من الصيف ويكون أكثر عرضة للامراض الميكروبية حيث لا تجد الميكروبات مقاومة كافية للقضاء عليها .

وميكروب الزكام وجميع التهابات البرد الاخرى تبدأ هجومها من الانف والزور فيجب ملاحظتها ، واذا كنت فى مكان ساخن غرفة مغلقة مثلا واردت الخروج لمكان بارد فلا تنسى أن تضعى « ايشارب » على زورك وتغطى أنفك باطرافه حتى تتعودى على هذا البرد .

تتأثر الجيوب الانفية بالبرد ويظهر أثره بالتهاب هذه الجيوب ومضاعفاته المؤلمة ، فلا تهملى الزكام اذا ألم بك حتى لا يترتب عليه مضاعفات قد تكون خطيرة جدا فعالجيه بالنقط فى الانف واستعمال المناديل الورق والاسبرين . واذا استمر رغم ذلك اعملى كاسات هواء قبل النوم وادهنى صدرك وظهرك وزورك بالفيكس حتى تعرقى جيدا ويزول البرد . ويجب عدم استعمال البنسلين فى هذه الاحوال حتى يعطى فائدته اذا لاسمح الله أصيب المريض بالتهاب رئوى فالبنسلين السابق سوف يمنع تأثير البنسلين الواجب أخذه فى هذه الحالة .

اذا لم يقتصر الامر على مجرد الزكام وارتفعت درجة الحرارة ارتفاعا خفيفا لا بد من السرير للمريض حتى لا يستفحل الامر والاعتناء به بالطرق السابقة اعتناء كاملا واستدعاء الطبيب اذا ارتفعت درجة الحرارة الى ٣٨ أو ما فوق ذلك أمر واجب لتحديد ما اذا كان مجرد برد عادى أو نزلة شعبية أو التهاب رئوى أو خلافه ..

اذا شعرت بالتهاب فى زورك فلا تهملى امره أيضا وعالجيه . والتهاب الزور على أنواع أخفها الالتهاب العادى أى عندما يكون زورك كله أو جزء منه أحمر ويصحبه عادة ألم عند بلع الطعام . وتعب فى الجسم كله واحيانا رعشة يليها ارتفاع فى درجة الحرارة فعلاجه بسيط والشفاء منه بسرعة بواسطة الغرغرة بالاسبرين المذاب بالماء أو ماء دافىء وليمون وامتصاص حبوب انتيبيوتيل . واهم علاج هو استراحة المريض يومين فى السرير حتى لا يزيد المرض ويستعصى شفاؤه

وهناك التهاب فى الزور أشد قسوة من الاول وعلاماته كالنوع الاول ايضا ولكن الزور لا يكون احمر فحسب بل تتخلله نقط بيضاء وخاصة على اللوزتين أو احداهما . ويطهر الفم فى هذه الاحوال بالميتلان ويبرد بمسح الحلق بماء الورد وهذا النوع ليس خطرا فى ذاته ولكنه قد يخفى دفتيريا لذلك يجب ملاحظة الزور والحلق جيدا فاذا لم تزل النقاط البيضاء بعد مسحها ومعالجتها يستدعى الطبيب للكشف على المريض واسعافه سريعا اذا كان قد وقع فريسة ميكروب الدفتريا ولا تنسى أن الدفتريا تخدع اذ أن فى بدايتها لا يشعر المريض بألم شديد مثل شعوره فى حالتى التهاب الزور السابقة رغم عدم خطورتهما .

وأخيرا احترسى من التهابات الزور فهى بداية أمراض عديدة مثل السكرلاتين فعلامات هذا المرض هو احمرار لون الزور احمرارا شديدا وظهور نقط فاتحة اللون فيه . وترتفع درجة الحرارة الى ٤٠ ويزداد النبض ازديادا شديدا ويشعر المريض بحاجة للقيىء . اذا ظهرت هذه العوارض تذكرى السكرلاتين واعزلى المريض واستدعى الطبيب بسرعة اياك أن تنخدعى وتظنى انه التهاب عادى وتعالجيه بنفسك .

وكذلك الحصبة والتهاب الغدد النكفية التى تتميز باحمرار عند الاذنين تبدوان بظهور التهاب فى الزور .

فلا تهملى الامر يا سيدتى ولا تنسى أن بين الفصول هو أكثر الاوقات التى تتفشى فيها أمراض أخرى وحافظى على نفسك وزوجك وأولادك .

مصر : يا ديليسبس .. آن الاوان .. يوم لك .. ويوم عليك



س : اجرت منذ سنة تقريبا شقتى باجرة ٢٠ جنيها شهريا وهى مكونة من خمس غرف فى احسن شوارع مصر الجديدة . وباختلاطى بالجيران تبين لى ان بعضهم يدفع أجرة خمسة جنيهات فقط والبعض الاخر ستة ونحن فقط الذين ندفع ٢٠ جنيها وقالوا لى ان السبب فى ذلك يرجع الى ان الاخرين مستأجرون من زمان قبل الحرب وقد عرفت اخيرا ان احدى صديقاتى حصل لها نفس الفصل ولما قابلت المؤجر خفض لها ٥ جنيهات من الاجرة ولكن مقابلتى للمؤجر عندنا كانت غير مجدية .

وقال لى أنت قبلت هذه الاجرة فلا يحق لك الرجوع بعد ذلك واذا كان لا يرضيك هذا الوضع اتركى الشقة وأنا عندى الف مستأجر وهذا التصرف من جانبه غاظنى فى الواقع ولا يمكن ان اترك الشقة لانها كويسة جدا . فهل هناك طريقة لاجباره على خفض الاجرة كما قال لى البعض أم أسكت وخلاص نسيت ان اقول لك ان شقتى فيها بعض المزايا التى لا توجد فى الشقق الاخرى فالمطبخ بالقيشانى والحمام به بانيو وقيشانى ملون

مستأجرة من مصر الجديدة

ج ــ لقد حدد القانون الخاص بايجار الاماكن الحد الاقصى للاجرة بانه ((لا يجوز ان تزيد الاجرة المتفق عليها فى عقود الايجار التى أبرمت منذ اول مايو سنة ١٩٤١ على أجرة شهر ابريل او اجرة المثل تتجاوز اربعة جنيهات شهريا)).

وهذا النص ينطبق على حالتك ولك الحق فى رفع دعوى تخفيض الاجرة ما دام هناك مستأجرون بخمسة جنيهات ولو انهم من قبل الحرب فالاجرة مماثلة لاجرة لشهر ابريل سنة ١٩٤١ .

وليس معنى ذلك ان اجرة شقتك ستنخفض لهذا القدر اذ فضلا عن الزيادة القانونية سيعين خبير لتقدير قيمة ما يزاد فى الاجرة مقابل المزايا الموجودة فى شقتك عن الغير ويمكنك ايضا بعد تخفيض الاجرة ان تطالبى المالك بالفرق بين الاجرة التى تحددها المحكمة والاجرة التى كنت تدفعينها عن الشهور الماضية

س ــ اعلم بناتى فى مدرسة فرنسية منذ مدة لقاء أجر شهرى يزداد بنسبة معينة كل سنة ولكن هذه السنة اضافت المدرسة زيادات جديدة مما يجعل الاجر الشهرى مرهق جدا وقد كلمناهم فى هذا الموضوع نحن أولياء أمور الطالبات ولكنهم رفضوا التخفيض فهل يصح أن تزاد الاجرة بعد ان قضى أولادنا فى المدرسة مدة طويلة اننا نرفض الاجرة الجديدة لانها مرهقة جدا

والد ــ الجيزة

ج ــ للمدرسة أن تزيد أجرها دون موافقتكم والاجرة القديمة ملتزمة بها حتى العام الدراسى الذى حددت الاجرة فى بدايته أما العام الدراسى الجديد فتحديد الاجرة ليس لكم الحق فى أن تنازعوا فيه على اساس انهم كانوا يدفعون فى السنوات الماضية اقل والمدارس كثيرة ان كانت الاجرة فى هذه المدرسة قد اصبحت مرهقة وان شئتم قدموا شكوى لوزارة التربية والتعليم



تفادي هذه الاخطاء في دعواتك

انك تودين أن تدعى شتويا بعض الاصدقاء والصديقات أو أحدهم لتناول الغداء أو العشاء أو للنزهة

.. الخ . فلا تبدئى كلامك بأن تقولى له هل أنت فاض يوم كذا – أين تمضى سهرة يوم ..؟ أو هل ستمضى العيد فى القاهرة . .الخ

توجيه الدعوة بهذه الطريقة خطأ كبير وقد تضعك وتضع المدعو فى مركز حرج فهو ان قال لك انه غير مشغول لن يتمكن بعد ذلك من الاعتذار واخفاء عدم رغبته فى تلبية دعوتك وراء أى سبب مقبول واذا ادعى أنه كان ناسيا وأنه مشغول مثلا لجرح شعورك وقد يصل بك الامر لحد الزعل من هذا الصديق بينما يكون قد دفعه لهذا التصرف سبب لا يتصل بشخصيتك ولتقديره لك وحرصه على صداقتك . فربما يكون غير راغب فى مقابلة أحد مدعويك الاخرين ولا يود ذكر ذلك صراحة أو ربما كان خجولا أو يحب الهدوء ويفضل عدم الاختلاط بالناس الخ.

من أول واجبات الداعى والداعية ترك حرية قبول الدعوة للمدعو ويستحسن أن يقال له « ان كنت غير مشغول يوم كذا فيسعدنا تشريفك عندنا تتناول الشاى أو الغداء أو العشاء مثلا » .

وبهذه الطريقة تتركين له حرية الاختيار واذا قبل دعوتك فسيقبلها فى هذه الحالة مسرورا غير مضطر .

الساعات المناسبة للدعوات

يختلف تحديد الميعاد المناسب لدعوتك باختلاف البلد التى تسكنينها وعاداتها فمثلا اذا كنت فى القاهرة وحددت ميعاد دعوتك للعشاء فى الساعة الثامنة والنصف أو التاسعة أو حتى العاشرة لن يكون فى ذلك غرابة ولا ازعاج لمدعويك أما اذا كنت فى الريف أو فى الصعيد لا تكون هذه المواعيد ملائمة ويجب مراعاة ما جرى عليه الناس فى كل جهة بحيث لا تسببى لهم بدعوتك أى اضطراب. وحاولى دائما أن تجمعى بين أشخاص متحدى العادات والتقاليد .



مراقبة أطباق المدعوين

من اللياقة ألا ننظر الى ما فى طبق ضيفنا فشعوره بأنه مراقب يمنعه من أخذ كمية كبيرة من الاكل بقدر شهيته أو يضطره الى الاكل من صنف لا يحبه أو أن يضغط على نفسه ويأكل رغم أنفه كل ما فى طبقه حرصا منه على شعور ربة البيت . لنترك ضيفنا على راحته وكأنه يأكل لوحده لا داعى لان تقولى له « أنك لم تأكل من هذا الصنف والله تدوقه ده لذيذ قوى » أو « أنت ماكلتش حاجة لسه الاكل بطبقك مش عاجبك؟ » أو « أنا مبسوطة لازم أكلنا لذيذ ، عمرى ما شفت فلان بياكل بشهية قبل دلوقت » .

على ربة البيت ألا تستعمل هذه الالفاظ مع حديثى العهد بقبول دعواتها من الضيوف والاصدقاء .

أدب الضيافة

ان للجلوس والوقوف قواعد وأصولا يحتم علينا الادب والتقاليد والمجاملة مراعاتها واليك أهمها :

على المائدة

من غير اللائق أن يجلس الضيوف على المائدة قبل ربة البيت اللهم الا اذا كانت ستقوم بتقديم الطعام بنفسها فتدعو ضيوفها للجلوس وتبقى هى واقفة لاداء مهمتها .



وعلى الاولاد ان يجلسوا مع الجميع حول المائدة ان كانوا سيتناولون الطعام مع الكبار ولا بأس من قيامهم ان كانوا يقومون بمهمة المساعدة على المائدة .

وفى غير هذه الحالة لا يليق ان يظلوا واقفين الى جانب الام أو خلافها لاطعامهم والشقاوة بين اللقمة واللقمة ففى هذا ازعاج كبير للضيوف أثناء تناول الطعام .

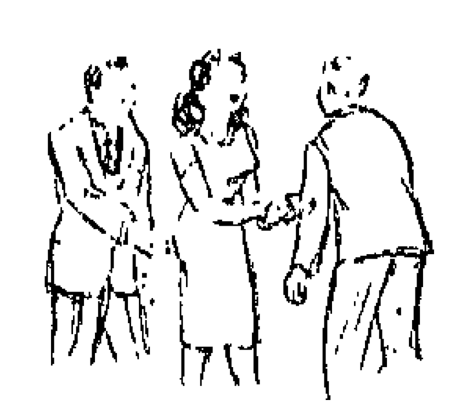
فى الصالون

تقوم عادة ربة البيت بتقديم فنجان القهوة او الشاى أو توزيع السجاير بنفسها على الضيوف .. هذه الحالة يجب على الرجال الا المتقدمين فى السن منهم ان يقفوا لها عند تناولهم ما تقدمه لهم ولكن ليس معنى ذلك ان يقفوا لكل صغيرة وكبيرة تقدم فالرجل يقف لتناول فنجان الشاى ويجب الاكتفاء برفع جسمه عندما يتناول السكر مثلا .

أما السيدات فلا يقمن الا اذا كانت ربة البيت التى تقوم بمهمة التقديم متقدمة فى السن وعلى الصغيرات حينئذ واجب مساعدتها.

التعارف

واذا قدمت فتاة أو سيدة صغيرة السن الى سيدة كبيرة السن كانت واقفة فيجب على الصغيرات تحيتها وهن واقفات أيضا . أما اذا كان التعارف بين سيدات متقاربات فى السن فلا بأس من ان تظل الجالسات منهن فى محلاتهن .



واذا كان التعارف بين سيدتين جالستين فلا داعى لقيامهن الا اذا كانت التحية باليد .

أما اذا قدم رجل لسيدة فلا بد ان يقف الرجل وينحنى لها . أما السيدة فترد التحية وهى جالسة .

وعلى الرجال أيضا القيام اذا دخلت سيدة فى الصالون وكانوا جالسين فيه .

ارسمى طريق الجمال لابنتك

يجب عليك أن تعودى ابنتك منذ الان على أن تكون جميلة وأنيقة ٠٠٠ وليس معنى ذلك أن تجعليها تشعر بأنها فى غير سنها أو تقوم بتصرفات تبدو كبيرة عليها، ولكن المقصود هو ان ترسمى لها الطريق ، وتفتحى أمامها السبيل بحيث تفهم معنى الجمال والاناقة ٠٠ وبحيث تعرف مدلولها الاصيل وهو البساطة والنظافة وعدم التعقيد ٠٠٠٠

وهذا الموضوع المصور الخفيف يكفى ان تعرضيه تحت أنظار ابنتك فستفهم المقصود « من صوره » ٠٠٠



ان الف باء الجمال فى النظافة ٠٠ والنظافة الطريق اليها سهل ميسور فى الحمام اليومى الذى يجب أن تأخذيه ٠



ولا تنسى كذلك تدليك يديك حتى المرفقين باللوسيون المغذى الذى تستعمله «ماما» ٠٠ ولا ريب فى أنها لن تعترض على عنايتك بجلدك ولو على حساب زجاجتها الخاصة ٠



وبعد الحمام هناك أجزاء دقيقة من الجسم يجب عليك العناية بها ٠٠ وأول هذه الاجزاء الكوع ٠٠ لا تنسيه أبدا



أسنانك أيضا يجب ان تكون بيضاء لامعة ٠٠ ان نظافتها أساس أسس الصحة الداخليـــة للجسم ، كما ان ابتسامتك ستكون مشرقة ٠ كلما عملت على تنظيفها بدقة وانتظام ٠



واياك واهمال تجفيف وجهــك بدقة وعناية ، فان أية كمية من الماء تتـــرك على بشرتك قد تسبب (القشف) و (عدم النعومة) ، وانت فى غنى عنهما ٠٠!





ولا ريب في أنك تعنين بشعرك العناية الواجبة فهـو تاج الرأس وتاج المرأة أيضا ٠٠ دلكيـــه بالفرشاه كل يوم لمدة عشر دقائق على الاقل مستعينة بزيت مفــد لفروة الرأس ٠

وأخيرا فان نومك مبـــكرة سيســاعدك قطعـــا على أن تكونى نشيطة مليئة بالحيوية ، ويحسن أن تلعبى ببعض لعبك الجميلــة قبل النوم ٠



العيون هى مبعث السحر والجمال . هى السهام التى تفتنك ، والكهرباء التى تصعق .. وقديما تغزل الشعراء فيها وحذروا من فتكها وجبروتهـا

هذه العيون التى تقتل وتفتنك مرآة العمر ايضا فهى سجل عمرك فهناك عيون تكبر العمر عند رؤيتها وبريق العيون وحيويتها لا يخفى عيوب الجفون

ومن هنا كان واجبك ياسيدتى العناية بعينيك وجفونهما فهما مصدر الفتنة والسحر فيك .

والعناية بالعيون عملية سهلة بسيطة ولكن لابد من المواظبة عليها باستمرار يوميا حتى تحافظى على جمالهما

واليك النصائح الواجب اتباعها

يلزمك أولا حوض للعين ويستحسن أن يكون من المطاط لانه يثبت بسهولة حول العين . وفى حالة عدم وجود حوض للعين يمكنك استعمال ملعقة شاى بعد غسلها وتطهيرها جيدا .

أما الشىء الثانى الذى يلزمك زجاجة من ماء الورد.

أعملى حماما بالحوض لعينيك أو مكمدات كل مساء قبل النوم بماء معطر مضافا اليه ماء الورد وهذا الغسيل اليومى يحفظ لعينيك نضارتهما وبريقهما .

اذا كانت عيناك تتعب بسرعة أضغطى عليهما بكف يدك ثلاث أو أربع مرات يوميا بضع دقائق حتى يختفى منظر النار الملونة ويحل محلها قطعة قطيفة سوداء أو رمادى غامق أمام عينيك .

ومن ناحية أخرى لا تقرئى ولا تحيكى على نور يأتيك من يسارك .

واذا كانت عيناك حمراء أو ملتهبة التهابا خفيفا فعالجيها باضافة قليل من حامض البوريك (خمس أو ست رشات صغيرة) على لتر ماء الورد الذى تستعملينه فى حمام عينيك اليومى اذ أن البوريك يهدىء ويطهر العين . ويمكنك الحصول على نفس النتيجة اذا غسلت عينيك بماء فاتر أذيب فيه قليل من الملح (١٤ جرام أى ملعقتين شوربة من الملح تذاب فى لتر من الماء المغلى)

كما يزول احمرار العين بمكمدات من ماء التليو أو البابونج الفاترة فى المشمس .

أما اذا حرقتك عيونك فبللى يديك بماء ساخن جدا أو مثلج واضغطى بكفيك على عينيك وكررى العملية حتى تشعرى براحة تامة وقوة فى عينيك .

وفيتامين العين هو الفيتامين ا فهو الذى يمكن العين من القيام بوظيفتها ويقوى درجة الابصار بها . ويوجد الفيتامين على الاخص فى الجزر والبقدونس وزيت كبد السمك والفلفل الاحمر وصفار البيض والقشطة والجبن ..

ولازدياد لمعان عينيك اغسليهما بماء ورد مضاف اليه بضع نقط من عصير البرتقال .. ونامى لان عدم النوم يطفىء بريق العيون ويهيىء للتجاعيد ظهورها ويحجز بياض العين ..

العناية بالجفنين

وتتلخص العناية بالجفون فى أربعة اشياء : تقوية ودوش ومساج وتمرينات رياضية .

ضعى كل يوم على جفنيك كريم مقوى واجتنبى الكريم الدهنى .

اعملى « دوش » بارد على جفنيك أى صبى الماء البارد بضغط قوى عليهما اذ أن ضغط الماء فى هذه الحالة سيشد الجلد ويضطر عروق العين المرنة الى الانقباض . وتوجد الات خاصة لهذه العملية توضع حول العين وتسهل صب الماء على الجفون وحصرها فى هذا المكان من الوجه . ويمكن الاستعاضة عن هذه الالات بخرطوم عادى يثبت فى الحنفية وتسلطى فتحته على الجفن ولزيادة الضغط سدى قليلا من فتحته بأصابع يديك ويمكن صب الماء على الجفون بواسطة قطعة قطن أو الليبونج ولكن لن تحصلى على كل النتيجة المرجوة .

أما المساج فهو يقوى الجفون ويساعد على ازالة الورم عنها وطريقة المساج هى أن تدورى بخفة بواسطة أبهم يدك حول العين متجهة من الانف الى الصدغ بحركة دائرية مع دائرة الحواجب .

اذا كانت جفونك العليا متورمة ضعى ابهمك فى الزاوية الداخلية للعين وسيرى بأصبعك خفيفا على جفونك مع اسدالها قليلا .

لازالة الجيوب التى قد

تظهر فى الجفون السفلى شدى فتحة العين من عند الانف بابهام وبنصر اليد اليمنى واضغطى بأصبعى يدك اليسرى على الجفن متجهة من نهاية العين عند الصدغ الى الانف ثم قومى بضربات خفيفة متقطعة على الجفن ٠

الجفون كباقى أجزاء الجسم مليئة بالعضلات وحتى تحتفظى بقوة هذه العضلات وعدم ارتخائها أو جفافها عليك القيام يوميا بهذه التمرينات ٠

ـ اغمضى عينيك ثم افتحيهما بأقصى ما يمكنك من قوة ولاحظى أن عضلات جفنيك وحدها هى التى يجب أن تتحرك ، أما باقى أجزاء وجهك فيجب ان تظل ثابتة ٠ كررى هذا التمرين عشر مرات ٠

استريحى وغمضى عينيك ثم أعيدى نفس التمرين مرة ثانية ٠ زيدى كل يوم فى التمرينات حتى تصل الى ١٠٠ تمرين يوميا وهذا التمرين فضلا عن تقوية العضلات يعتبر مساجا للجفن العين أفضل من فركها باليدين ٠

أثناء النهار ان كنت تقومين بعمل يستلزم استمرار النظر كالقراءة أو الكتابة أو البرودريه ٠٠ الخ توقفى من آن لاخر عن هذا العمل وانظرى الى الافق بعيدا واغمضى وافتحى عينيك عدة مرات متتالية

ركزى عينيك على شيء بعيد عدة ثوان ثم اغمضيهما وأريحيهما فترة ٠

انظرى الى ساعة حائط وهمية وكأنها تبين الوقت الساعة ١٠ وعشر دقائق وحركى نظرك من اليمين الى أعلى ثم الى اليسار الى أعلى عشرين مرة وبين كل نظرة وأخرى اخفضى عينيك ٠ اعملى نفس التمرين من أعلى الى أسفل ٠ ثم استريحى مع وضع كفيك على عينيك ٠

اذا كان جفنك العلوى سميكا ارخى عضلات وجهك كله وخاصة عضلات حول العين ارفعى حاجبيك وكأنك مندهشة ٠ انزلى حاجبا واستبقى الاخر مرفوعا ثم كررى الحركة بالحاجب الاخر ٠

لتقوية عضلات الجفن الاسفل حاولى أن تشديه الى أعلى دون ان تغمضى عينيك أو تحركى جفنك العلوى ٠

احترسى من أعداء جفنيك وانتصرى عليهم :

١ ـ انتفاخ الجفن الاسفل وينشأ من اسباب متعددة التعب والسهر والزعل والاكثار من الخمر والقراءة على ضوء قليل ٠٠ الخ والانتصار على هذا العيب سهل وبسيط ببعض مكمدات الشاى الفاتر أو البارد أو مكمدات ماء الورد او ماء البابونج أو ماء ساخن جدا أو ماء مثلج أو محلول الماء والملح كالذى وصفناه للعناية بالعين ٠

٢ ـ ظهور حبوب صفراء أو بنية قاتمة صغيرة وبارزة على الجفنين ويسميها الاطباء « كرانتبلزما » وهى عبارة عن رواسب من الكولستراك أو مواد دهنية ولذلك فان علاجها ينحصر فى تنظيم دورة الكبد والمرارة والامتناع عن أكل صفار البيض والمخ ودهن الحيوان ٠٠ الخ أى كل ما يحتوى على « كليستراك » وهذا العلاج يمنع ظهور حبوب جديدة ٠ أما القديمة فيجب الاستعانة بطبيب لازالتها وذلك بواسطة الكهرباء وطرق عديدة أخرى لا تترك أثرا ٠

٣ ـ ظهور جيوب تحت العين تشوه جمالها وأسباب هذه الجيوب مختلفة ومتعددة وعليك ان تبدئى بعلاج محلى بمكمدات شاى أو ماء ساخن جدا ٠ فاذا بقيت برغم ذلك فاعرضى نفسك على طبيب لمعرفة السبب فقد تكون من الكلى أو الكبد أو تعب فى المبيض وخلافه ٠

٤ ـ ظهور تجاعيد فى الجفون وسببها ارتخاء وتمدد





الجلد ولذلك يجب اقصاء الكريمات الدهنية لانها تزيد الارتخاء ويجب تقوية الانسجة وماء الورد من أحسن المقويات لها فضعي مكمدات ماء ورد على عينيك لمدة ١٠ دقائق كل مساء بعد ازالة الماكياج . وحتى تحافظي على شباب جفنيك باستمرار خذي حقنا مقوية مرتين كل عام .

فائدة النظارة السوداء

تظن بعض السيدات ان فائدة النظارة السوداء قاصرة على الصيف ويعرضن عنها في الشتاء والبعض الاخر يعرض عنها شتاء وصيفا لاظهار جمال عيونهن فان أردت ياسيدتي المحافظة على جمال عينيك وبريقهما فلا تخلعي النظارة السوداء سواء في الصيف أو الشتاء الا اذا كانت الشمس ضعيفة وحينئذ يجب عليك خلعها وتعريض عينيك للشمس والهواء والنور فلا بد منها من آن لاخر فاحترسي من الشمس القوية اذ أن الاشعة البنفسجية والحمراء التى لا تشعرين بها تؤذى عينيك الى حد كبير وكثيرون يفقدون البصر لمدة أو للابد بسبب تركيز نظرهم مدة طويلة على الشمس أو جبل من الثلج أو أي نور ساطع .

تجنبي هذه المخاطر واجعلي من النظارة السوداء (بشرط ان يكون حجرها من النوع الملائم لعيونك) صديقة في الشتاء والصيف على حد سواء .

باترون بنت النيل

هذه البلوزة جميلة وأنيقة..



لقد اقبل الشتاء ولكن الطقس غير مستقر على حال فهو تارة بارد وتارة اخرى حار ونحتار ماذا نلبس ملابس شتوية او صيفية ولكن لماذا هذه الحيرة ان البلوزة تمكننا من مواجهة هذه التقلبات نكتفى بها فى الحر ونأخذ معنا جاكتة احتياطى نلبسها فى البرد وفضلا عن ذلك فان البلوزة مفيدة ونافعة فى كل المواسم وخاصة تحت التايير فى الشتاء وبنت النيل تقدم لك باترون بلوزة نموذجية وموديل تايير يبطن الجاكتة بنفس قماش البلوزة وتكون المجموعة طقما رائعا انيقا

يمكن عمل هذه البلوزة فى جميع انواع الاقمشة «السوبل» (الطرية) مثل البوبلين والفيلا والكشمير الخفيف والحرير . اكمامها جابونيز قصيرة وياقته كلاسيك مكونة من قطعتين رئيسيتين واربع قطع صغيرة الياقة وقلاب الكم

اطوى القماش بطوله لقص الظهر فقط ان كان عرض ٩٠ سنتى اذ انه لم يكف لقص الامام من الناحيتين لضيقه لذلك يجب ثنيه فى هذه الحالة ثنية بالعرض . اتركى مسافات للخياطات والاورليه

١ ــ الكورساج الظهر : يقص فى اتجاه نسيج القماش مع وضع المنتصف على ثنية القماش

الكورساج الامام : يقص فى اتجاه القماش طبقا للعلامة المبينة بالرسم

٣ ــ ٣ مكرر : الياقة : تقص مع وضع اتجاه نسيج القماش على العلامة المبينة بالرسم

التركيب

اقفلى بنسات الامام والظهر . ضعى وجه الظهر على وجه الامام وضعى الجانبين لبعضهما خيطيها على الجاكتة . وكذلك الاكتاف

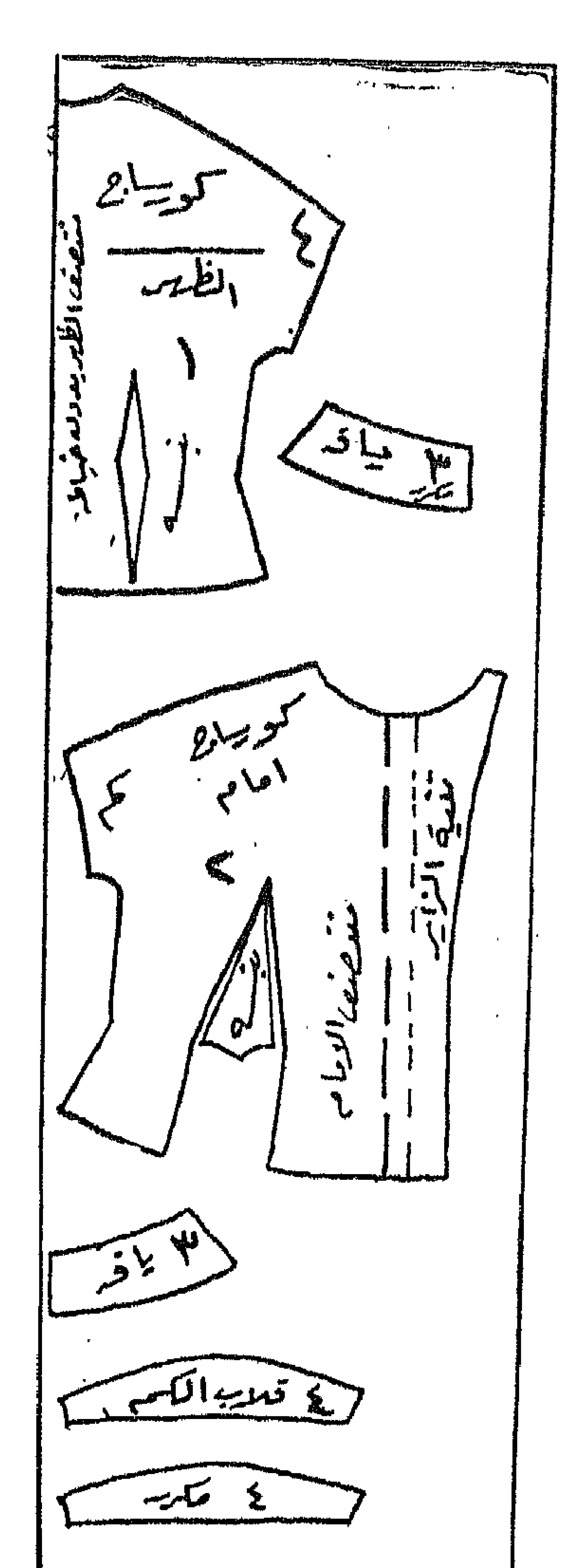
افتحى الخياطات بالمكواة اولا باول

خيطى الياقة مع بطانتها اكويها واقلبيها وسرجى داير الياقة . اكويها . ركبى الياقة على الكورساج طبقا للعلامة

اثنى ثنية الكورساج من الامام واعملى فى الجانب الايمن العراوى

خيطى قلاب الكم وبطانته بنفس طريقة الياقة ثم ثبتيه بطرف الكم

اعملى أورليه فى نهاية البلوزة ثم خيطى الزراير بعد أن تكوى البلوزة كلها



كوبون باترون بنت النيل

قدمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر .. تحصلى على هذا الباترون .

ملحوظة : اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل .. ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح . واكتبى على الظرف قسم البترونات وكل طلب يرد بعد الميعاد يهمل .

كوني رشيقة بأداء هذه التمرينات

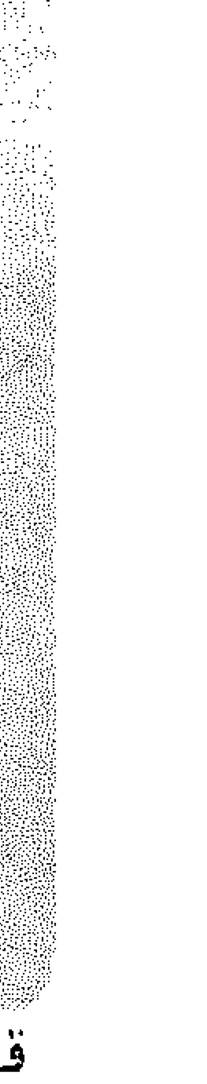
التمرين الاول :



قفي معتـــدلة ـ ارفعي ركبتك بيديك بقـــوة حتى تصل الى صدرك ـ عودى لوضعك الاول ـ كررى نفس التمرين من الناحية الثانية ـ حاولى أن تلمسى كتفـــك بركبتك وأنت معتدلة دون إنثناء الى الامام مع الاحتفاظ بساقك الاخرى مشـــدودة جيدا ٠

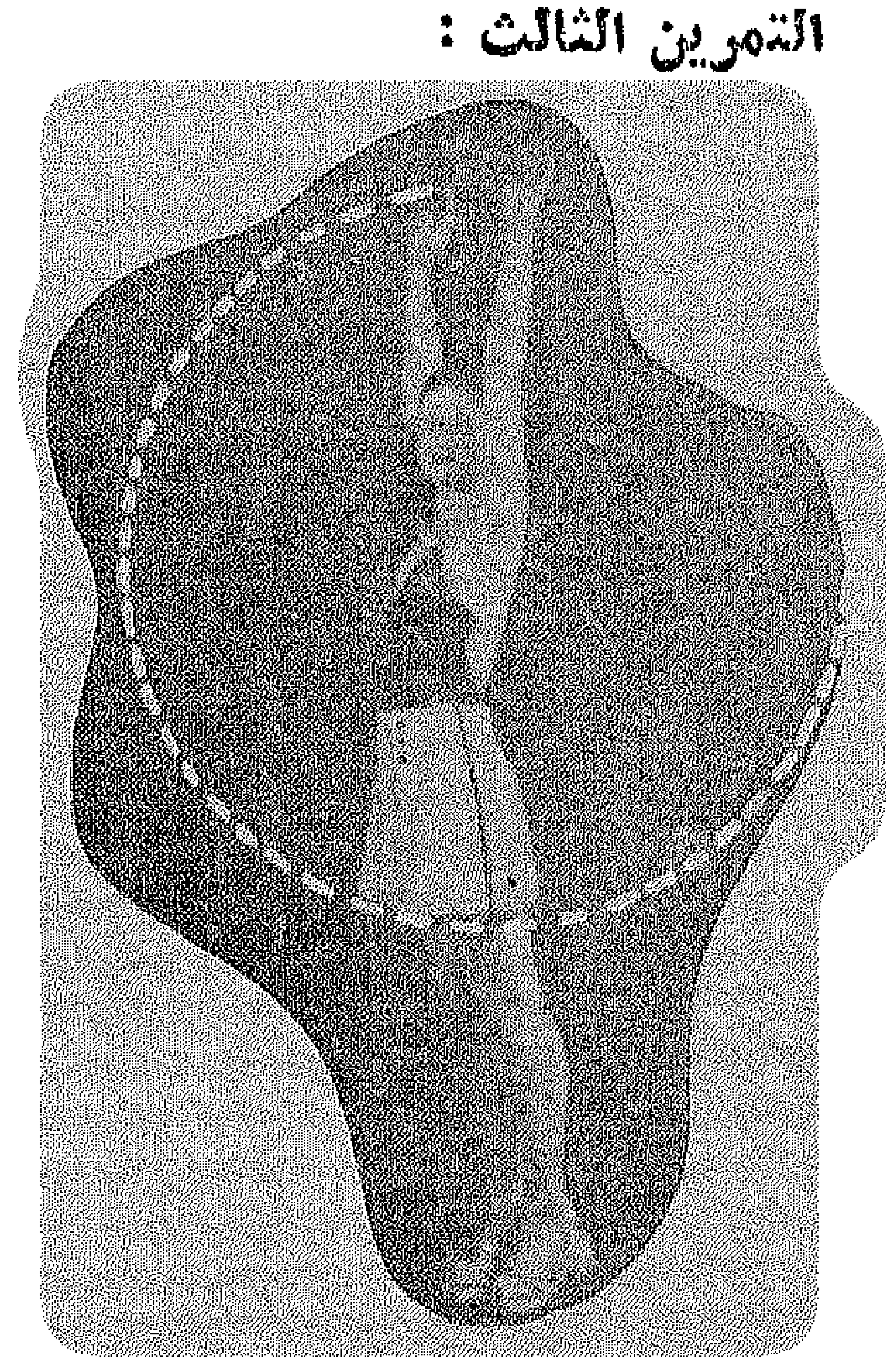
التمرين الثانى :

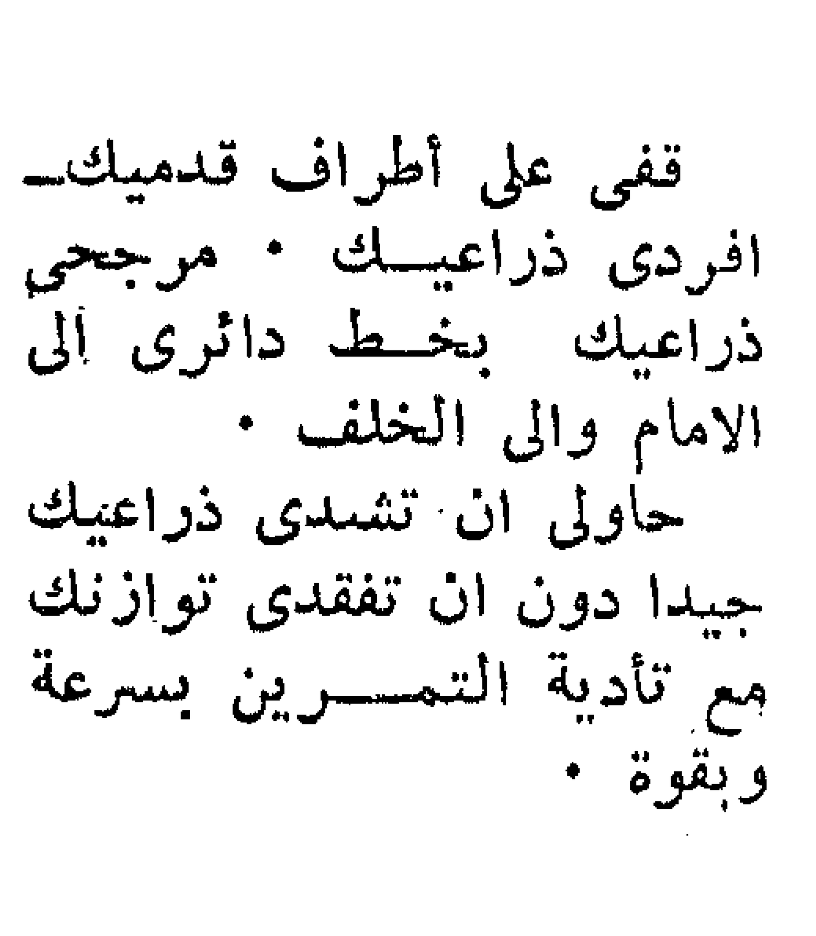




قفى على أطراف قدميك وافتحى ذراعيك ـ اثنى ساقيك مع انزال ذراعيك على جانبيك ـ حاولى أن تشدى جسمك بقوة كبيرة الى أعلا وأنت واقفة على أطراف أصابع قدميـــك ـ ثم أثنى ساقيك بقوة ٠

التمرين الثالث :

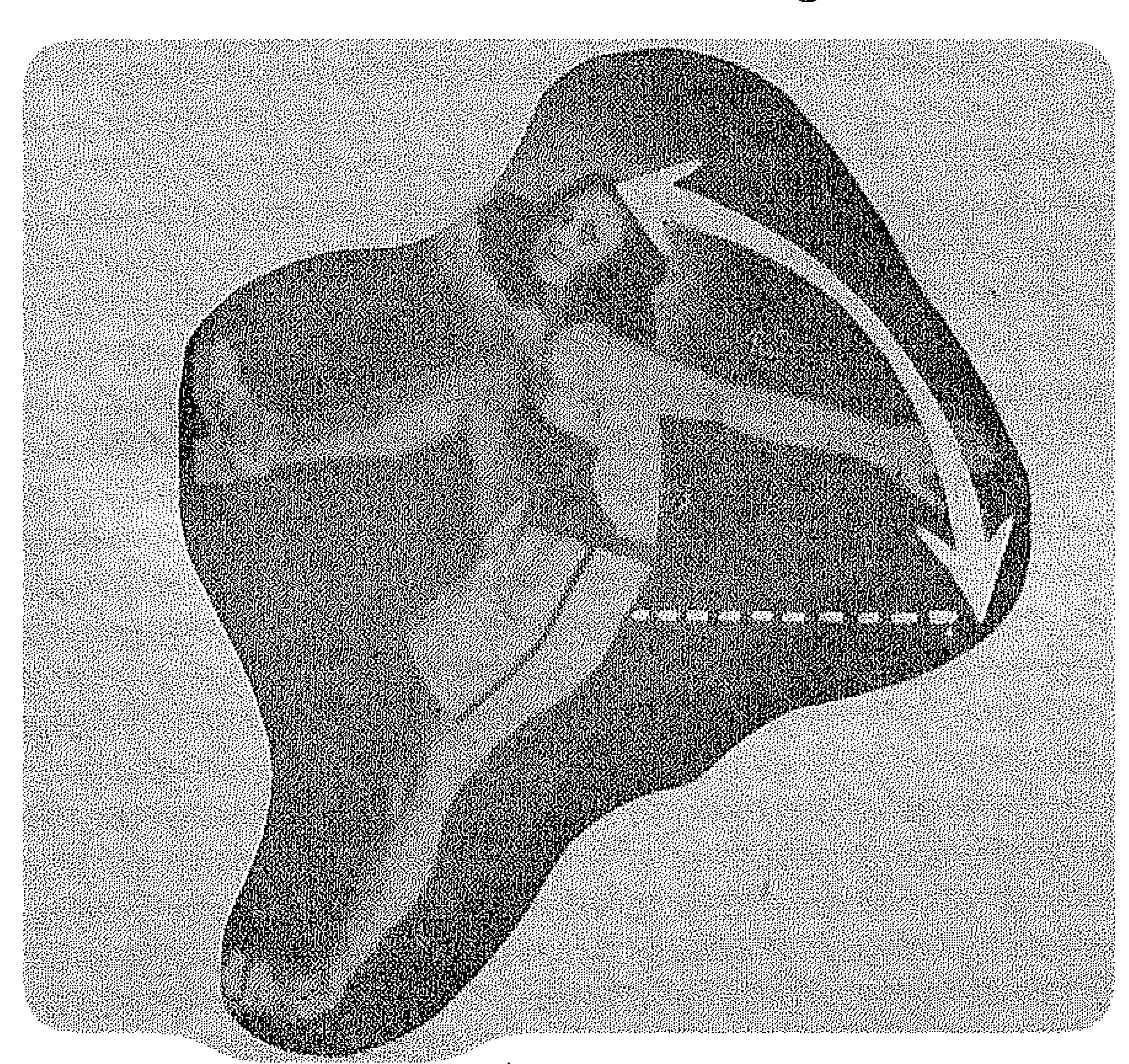




قفى على أطراف قدميك ـ افردى ذراعيـــك ٠ مرجحى ذراعيك بخط دائرى الى الامام والى الخلف ٠

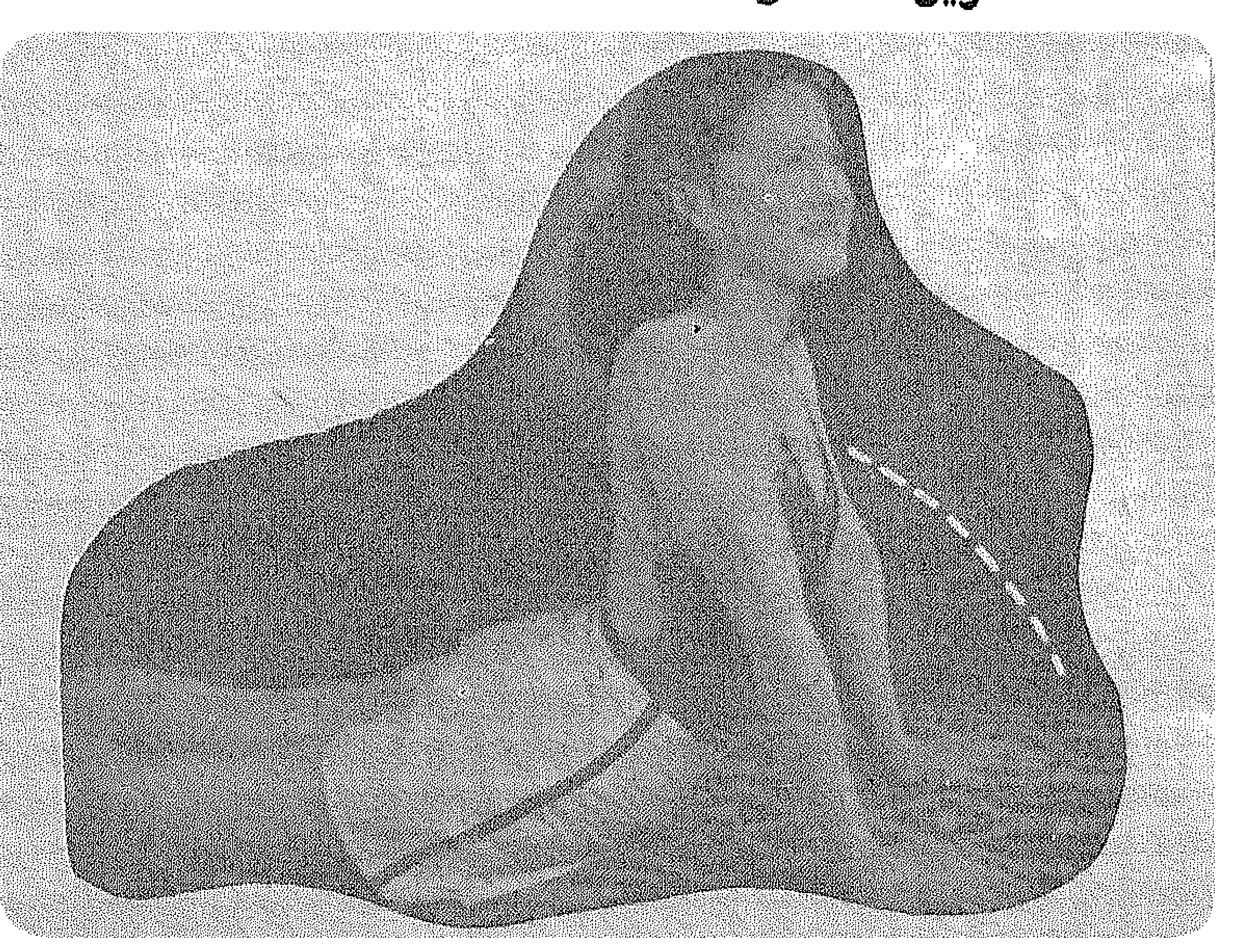
حاولى ان تشدى ذراعيك جيدا دون ان تفقدى توازنك مع تأدية التمـــرين بسرعة وبقوة ٠

التمرين الرابع :



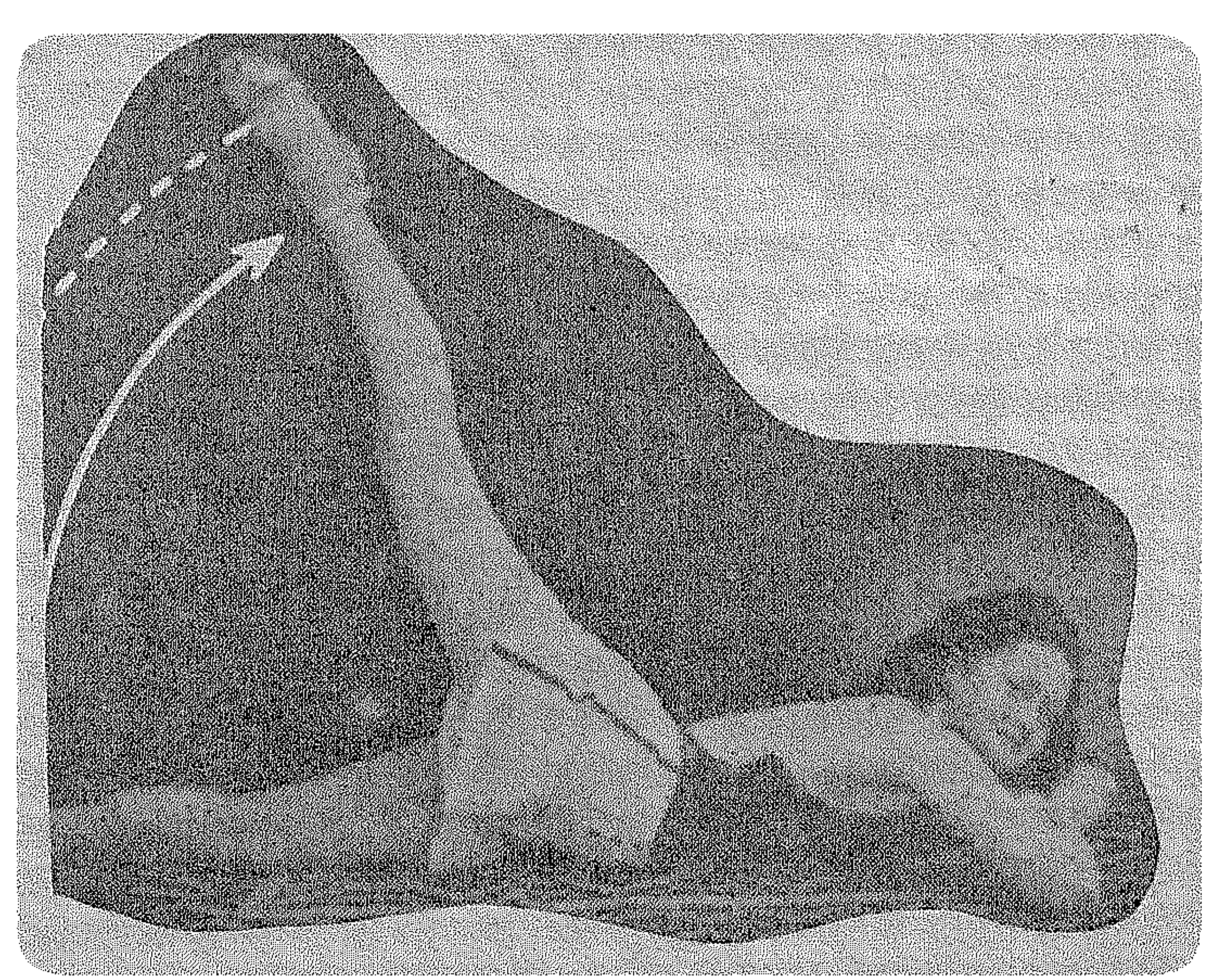
مدى ساقك الى الامام واجعلى ذراعيـــك مستقيمتين ـ أثنى هذه الساق مع تحـــريك ذراعيك من أسفل الى أعلى ـ لاحظى عدم ثنى الساق الاخرى ـ ارجعى لوضـــعك الاول ـ كررى نفس الحركة من الجهة الاخرى حاولى أن تثنى ساقك الامامية حتى تلمس ركبتـــك بكتفك ◘

التمرين الخامس :




استلقى على بطنك ـ يديك على صـــدرك ـ ارفعى جذعك الى أعلى مع شد ذراعيك ـ حاولى ان تنهضى وأنت معتدلة مع ترك بطنك على الارض ٠

التمرين السادس :



استلقى على بطنك ـ أرفعى ساقك الى أعلى ما يمكن ـ عودى لوضعك الاول ـ وكررى نفس الحـــركة من الناحية الاخرى ٠

حاولى أن ترفعى ساقك الى أعلا بقوة مع شد عضلات فخذك ٠



أجمل مبتكرات الشتاء هذا العام

◆ الكاب هو أهم ما في موضة هذا الشتاء يتمشى مع كل الاوقات ويلائم جميع المناسبات . ولقد قدم مصممو الازياء كابات مختلفة الاطوال بعضها طويل حتى أوليه الفستان وفي هذه الحالة يكون الكاب من نفس قماش الفستان . والبعض الاخر قصير او ترواكار يلتف حول الجسم أو فضفاضا ((منتفخ)) ، يلبس على التايير او السبنسر أما الكاب المبطن بالفراء فهو لبعد الظهر وفي المساء يصل حتى الارض ويبطن بالفراء ايضا .

◆ البالطو يلتف حول الجسم هذا العام ويشبه الكاب الى حد كبير . الاكتاف مستديرة والاكمام تركيب تحت الكتف بمسافة والياقة كبيرة محلاة بالفرو او يستعاض عن الياقة بايشارب . وقماش البالطو من النوع السميك الخشن مما يزيد في انتفاخه والانتفاخ هو اتجاه المودة في هذا الشتاء في جميع الازياء .

◆ الفرو له اهمية قصوى هذا الشتاء ويتربع على عرش أناقة وفخامة الازياء . فالبلاطي تبطن بفرو من لون مضاد او لون مناسب للون القماش ويستعمل للبطانة فرو القط والارنب والمنجول مع الاقمشة السادة . وفرو كلب الماء ((اللوتر)) مع التويد . ويستعمل الفرو كلفة لكافة الازياء وخاصة لياقات وايشاربات وكارفتات البلاطي والكاب . وللسهرة يبطن الكاب الطويل بأثمن الفراء أو يزين عند الديل والياقة فقط . ويستعمل للكلفة والزينة فرو الكاستور والثعلب والفيزون والهرمين .

◆ الجاكتة القصيرة تحتل المكانة الاولى بل الوحيدة في تاييرات هذا الشتاء حتى انه لم يعد يبدو تاييرا بل كأنه ثوب من قطعتين . فهي غير ممسوكة على الوسط والاكتاف عريضة ومستديرة وطولها فوق الردفين اى تحت الوسط بمسافة بسيطة جدا حتى تبدو كأنها بوليرو او سبنسر أو بليرنيه .

اختفت الياقات من تييرات هذا الشتاء وحل محلها الايشارب أو الكارافتة الفرو . وفي الواقع ان تصميم الجاكتة هذا العام يجعلها أكثر ملاءمة للبس على الفستان ، ولذلك تلبس بلوزات وايشاربات مع أغلب التاييرات .


◆ الجونلة الواسعة ذات الكسرات من تحت الردفين ((الهنش)) لتزيدها انتفاخا وهذه الجونلة تحتل المكانة الاولى بين جونلات هذا العام وتصنع من الاقمشة المرنة الناعمة .

◆ الفستان يتمشى ايضا مع طابع موضة هذا الشتاء فهو درابيه واسع تتخلله درابيهات تمسك عند الوسط والكشكشة في الفساتين عادت للظهور . الديكولتيه مستدير او على شكل ((V)) اللون الاسود يستحوذ على اغلبية فساتين بعد الظهر .

◆ الحزام الشريط يلبس مع جميع الفساتين سواء بعد الظهر أو في السهرة ويبرز الوسط العالي موضة هذا العام . تعقد الشريطة الساتان او المربوبة عند خياطة الوسط العالي أى تحت الصدر وترسل اطرافها على طول الثوب فتزيده جمالا واناقة ولا تبرز على الاقمشة غير اللامعة والقطيفة السوداء خاصة .

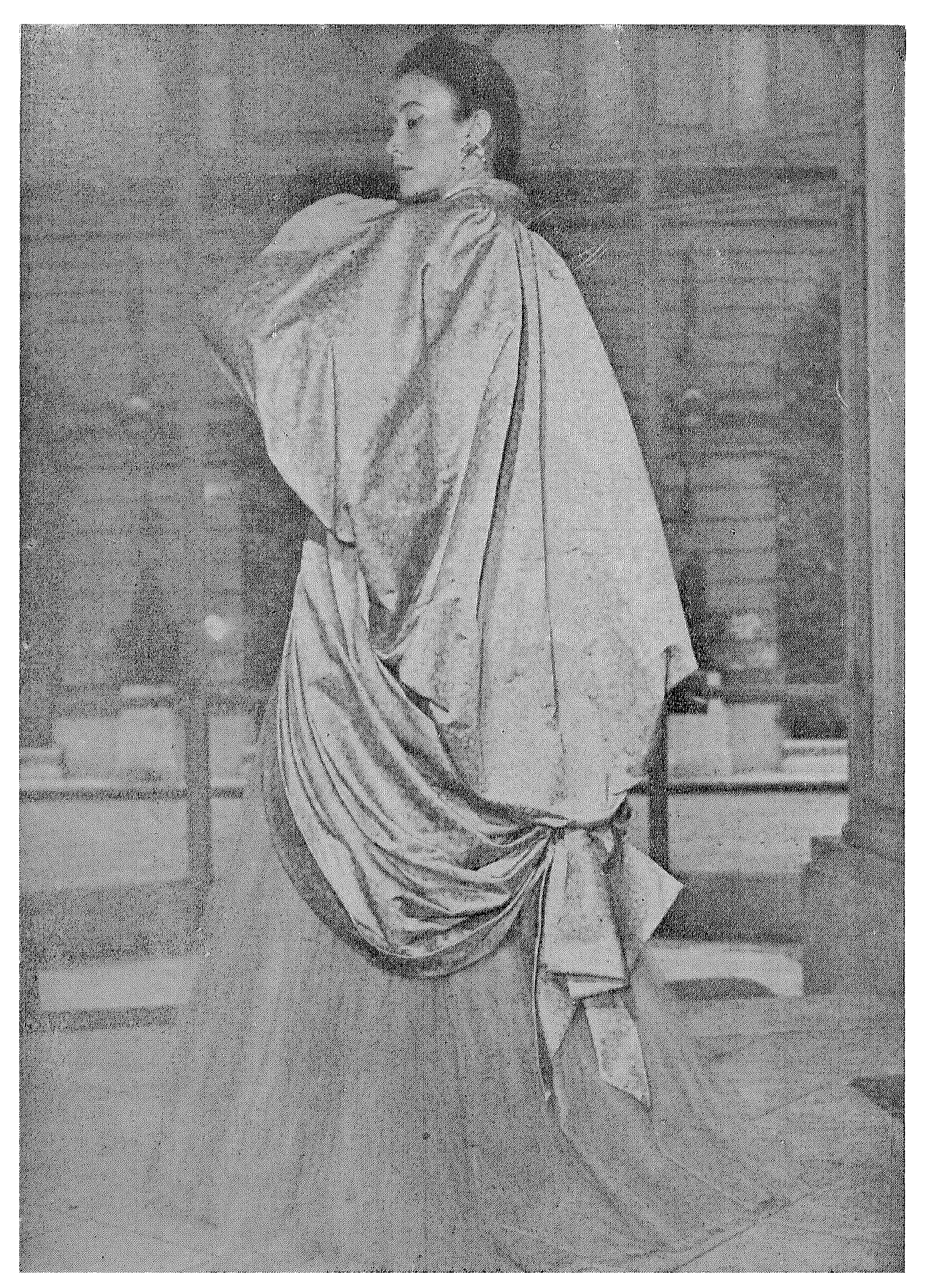
◆ الفساتين الكوكتيل اغلبها فضفاض ومن اقمشة خفيفة كالتل والموسلين والالوان باستيل ((فاتحة))

◆ اما البرنيطة فهي كبيرة ومرتفعة متمشية مع طابع موضة هذا الشتاء في ضخامة الحجم .

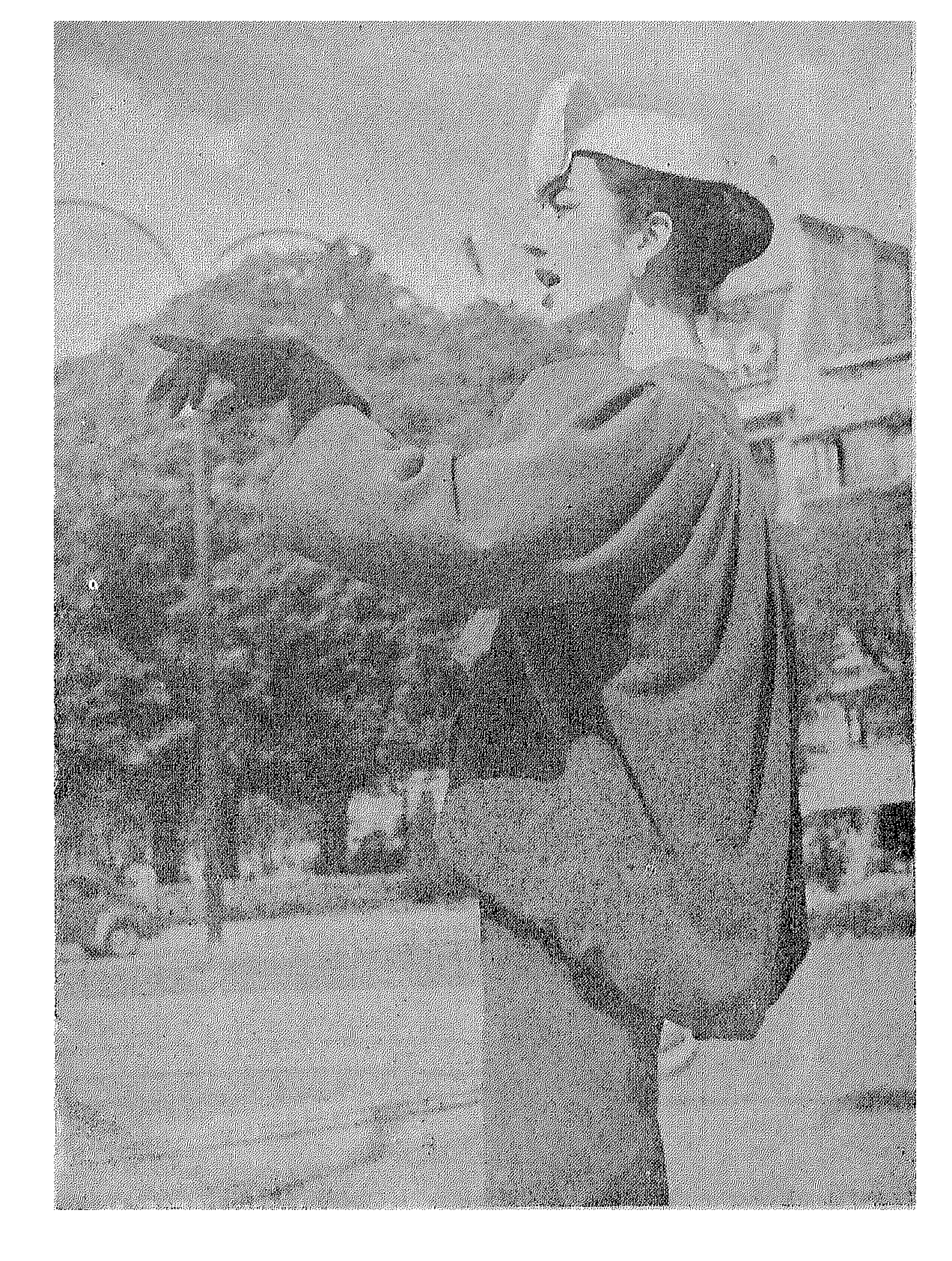


فساتين رومانية للسهرة

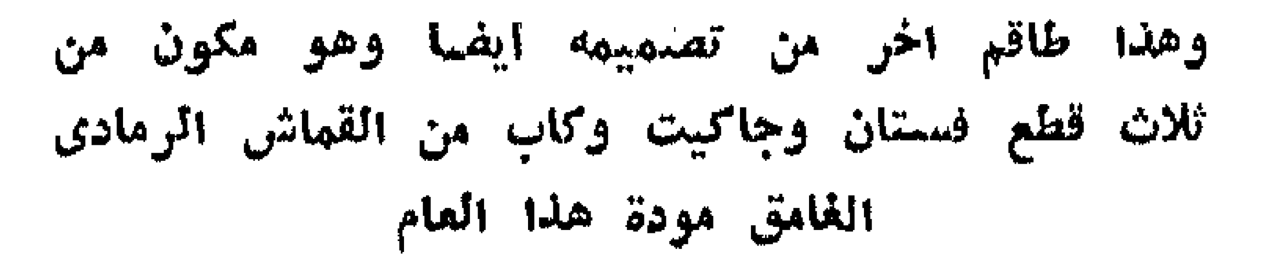
« جان ديسيس » يعطى الافضلية هذا العام فى ازياء السهـــرة للتفصيلات القديمة واليـــك احد تصميماته فستان للسهرة مكون من عدة طبقات من التل ذات الالوان المختلفة ويلبس عليه هــذا الكاب المبتكر من الساتان



عودة الكاب هذا العام



يعبر هذا الطقم المكون من فستان وكاب من نفس القماش الاحمر عن اتجاه « جاك هايم » هـذا الشتاء ويتميز بكشكشة الظهر



وهذا طاقم اخر من تصميمه أيضا وهو مكون من ثلاث قطع فستان وجاكيت وكاب من القماش الرمادى الغامق مودة هذا العام



←

اما « جاك فات » فيقدم لنا تاييرا وكابا من الصوف الكاروهات وتزين جاكتة التايير والكاب ياقة من الفرو الاستركان



لانفان كاستيو



فستان وكـاب من الصـــوف، المواريه ويتميز هـــذا الكاب بانتهائه بايشار طول يلف على الظهر وهو من ابتكـــــار « كاستيو »

ويقـــدم « كاستيو » لنا ايضا هـــذا الكاب المبتكر ذات الكابشون



لاتفان كاستيو

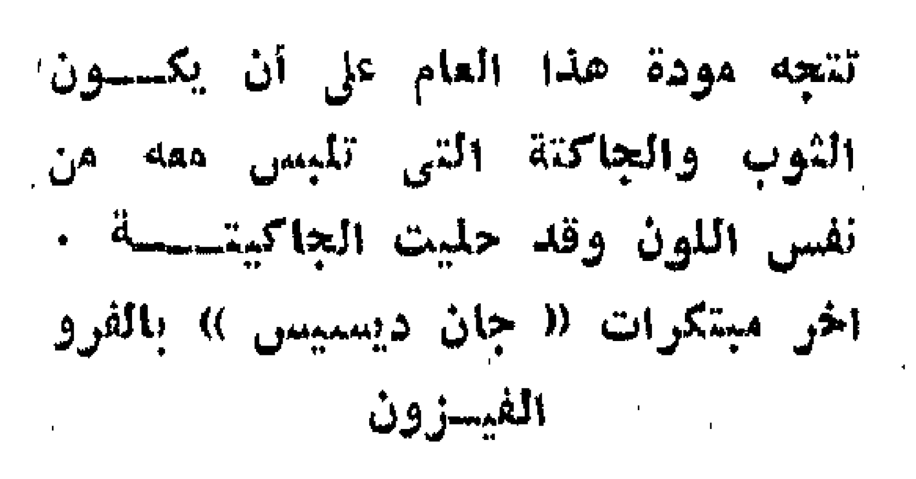


اما جان ديسيس فيفضل هذا التـرواكار من التويد ويلبس فى كل وقت

جان ديسيس

الفراء حلية لكل الأثواب





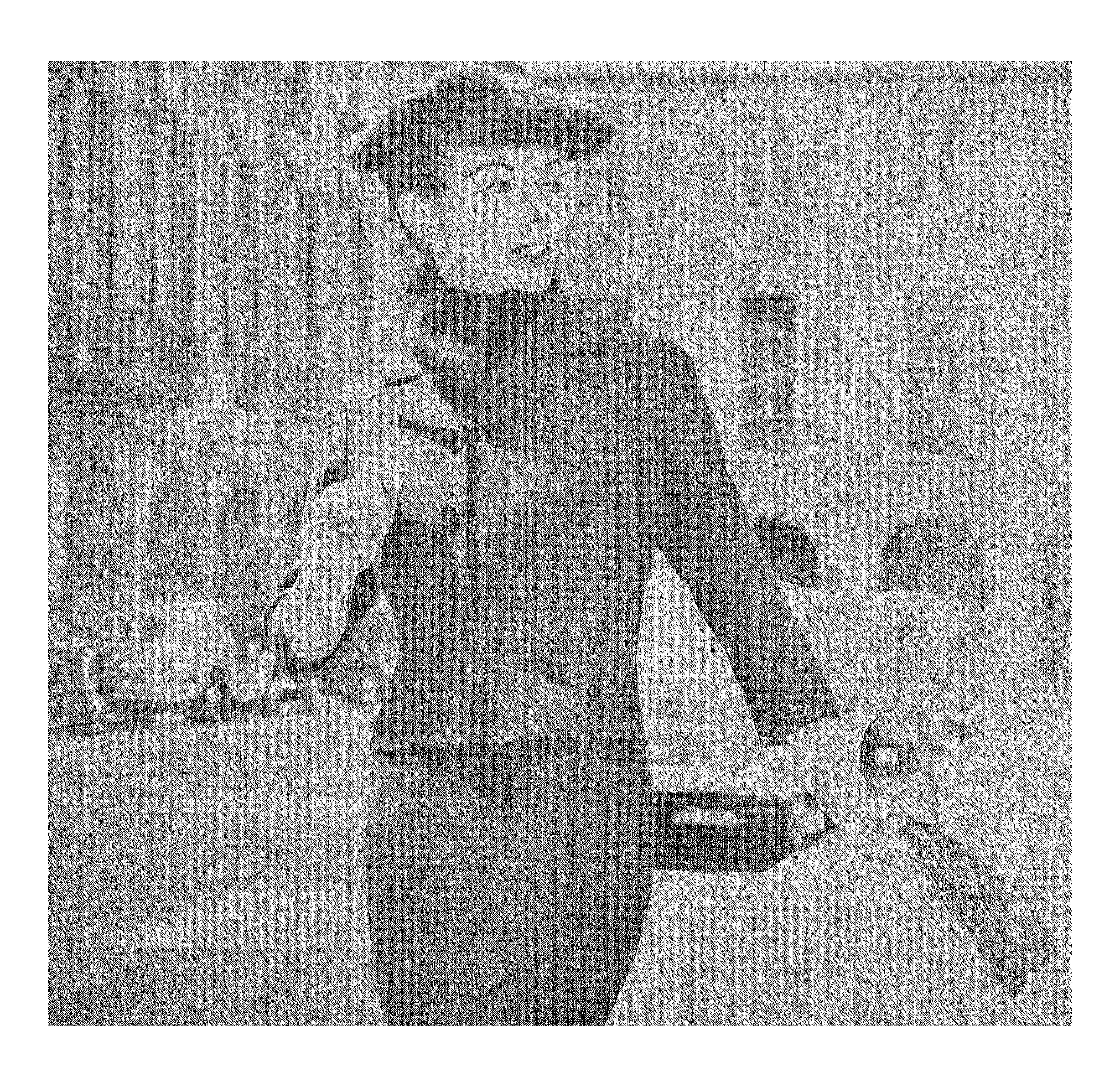
تتجه مودة هذا العام على أن يكـــون الثوب والجاكتة التى تلبس معه من نفس اللون وقد حليت الجاكيتـــة . اخر مبتكرات ((جان ديسيس)) بالفرو الفيـزون


تايير من تصميم ((جاك فات)) ويتميز بياقة عالية من الاستراكاه



أجمل تاييرات هذا الموسم

يمتاز هذان التيران بانهما يجمعان اخر التجديدات التى أدخلها مصممو الازياء على مبتكراتهم لهذا العام
اولهما تايير من الصوف الاحمر بياقة كبيرة وجاكتة مقفولة وحزام عريض ويلاحظ قصر الجاكتة .
والثانى منهما من تصميم الين ويميزه قصر الجاكتة وبساطتها ويلبس معه ايشارب من الفراء

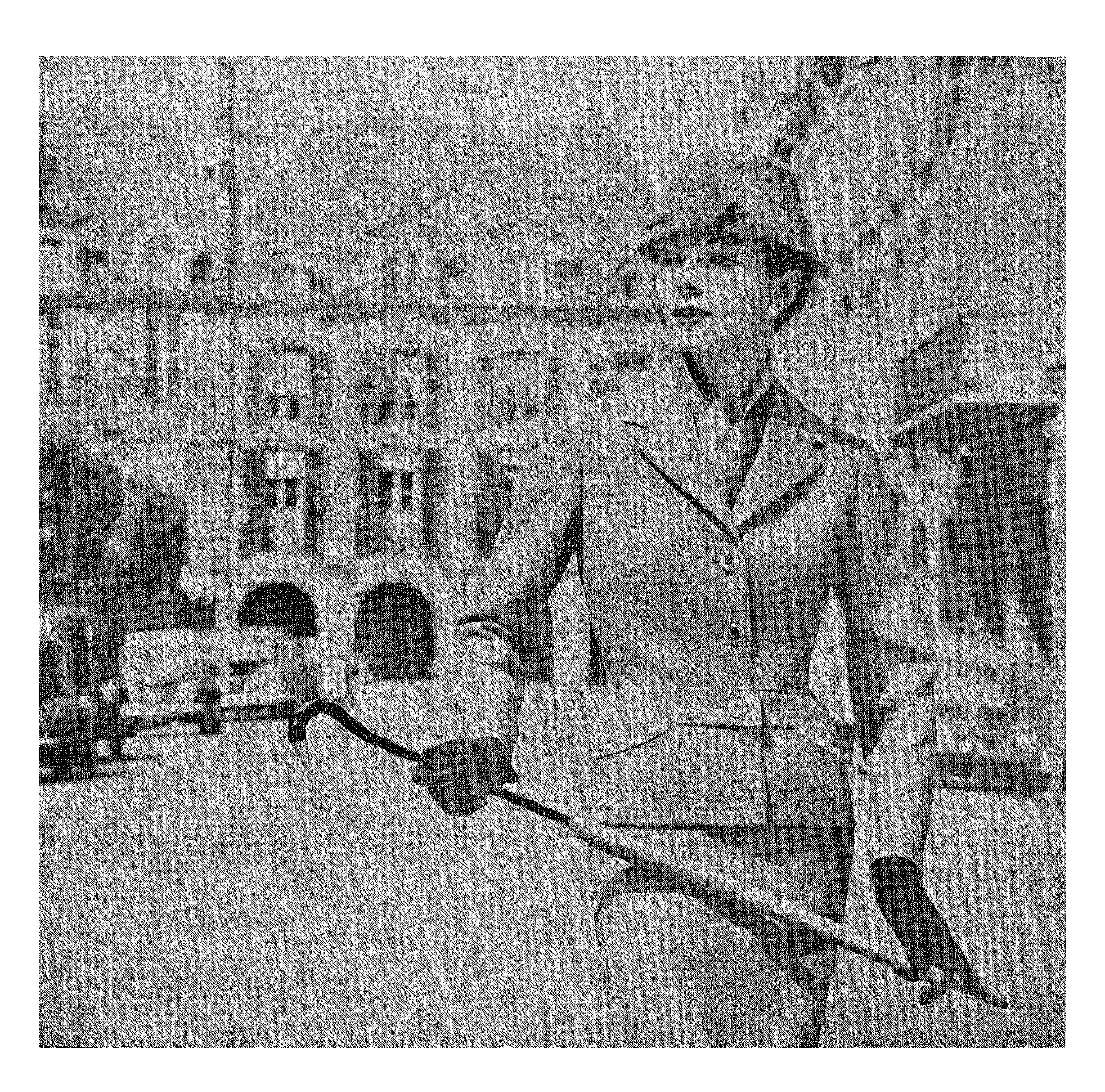




هذا التايير مصنوع من الصوف البنفسجى الفاتح وهذا اللون من مودات هذا العام وقد حليت ياقته بقماش يشابه جلد النمر وهو من ابتكار جوى أندريه ·

اما التايير الموجود فى الصفحة المقابلة فمن الصوف الرمادى وهو من مودات هذا العام ايضا ويتميز بقصر جاكتته وحزام فى الوسط وهو من تصميم مادلين كازالينو




تجديد فى طول البالطو

لم يعد للبالطو ولا للتروا كار محل هذا العام فى الصباح فقد ابتكر صانعو الازياء محلهما هذا البالطو الذى يبلغ ٤/٥ طول البالطو العادى الذى يقدمه لنا ((الجو)) وهو من التويد ويلبس تحته فستان من نفس نوع القماش . أما ((جون بيير)) فيقدم على هذه الصفحة موديلا لا يستلزم الا جونلة تحته






بالطو وتايير لبعد الظهر

هذا البالطو مصنوع من الصوف الساتان الازرق الفاتح ويلبس تحته فستان أبيض منقوش بنقط سوداء معه حزام من جلد الغزال . وهو من تصميم اخوان درموي

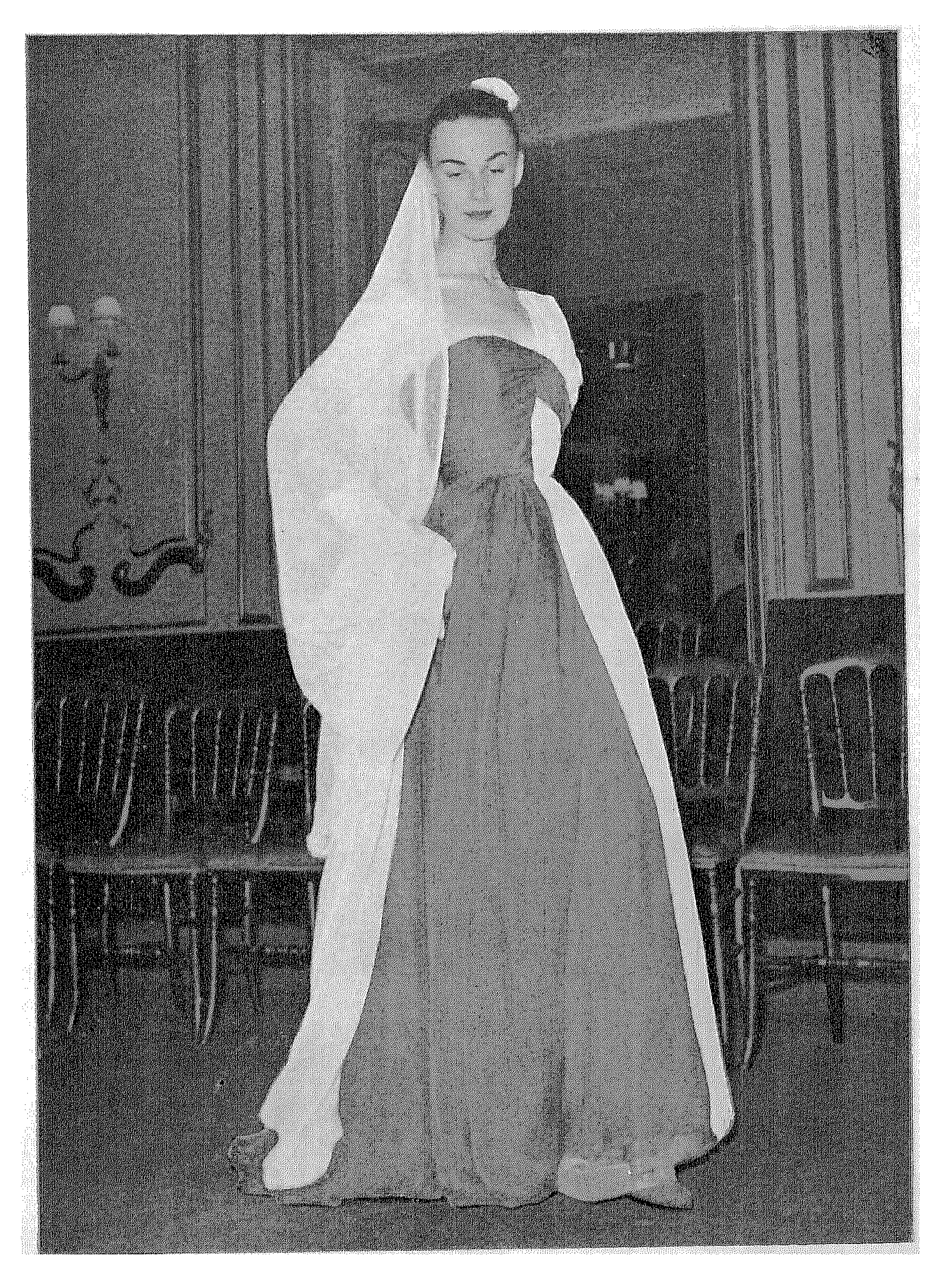


←

يتميز هذا البالطو بقصة الجيوب عند الصدر وهذا ابتكار جديد يتمشى مع مودة هذا العام







كونى آنيقة بدون ان ترهقي ميزانيتك ..

يعترض البعض ان مجلة بنت النيل تطلع بفساتين أنيقة ليس فى طاقة كل ميزانية احتمالها .

حقيقى ان بنت النيل تمتاز بالاناقة وتعطى المرأة المصرية الخطوط الرئيسية لاجمل ما يخرجه العالم من الموديلات ولكن ليس حيقيا أن الاناقة معناها الاسراف والتبذير .. وتحميل الميزانية ما لاتحتمل .

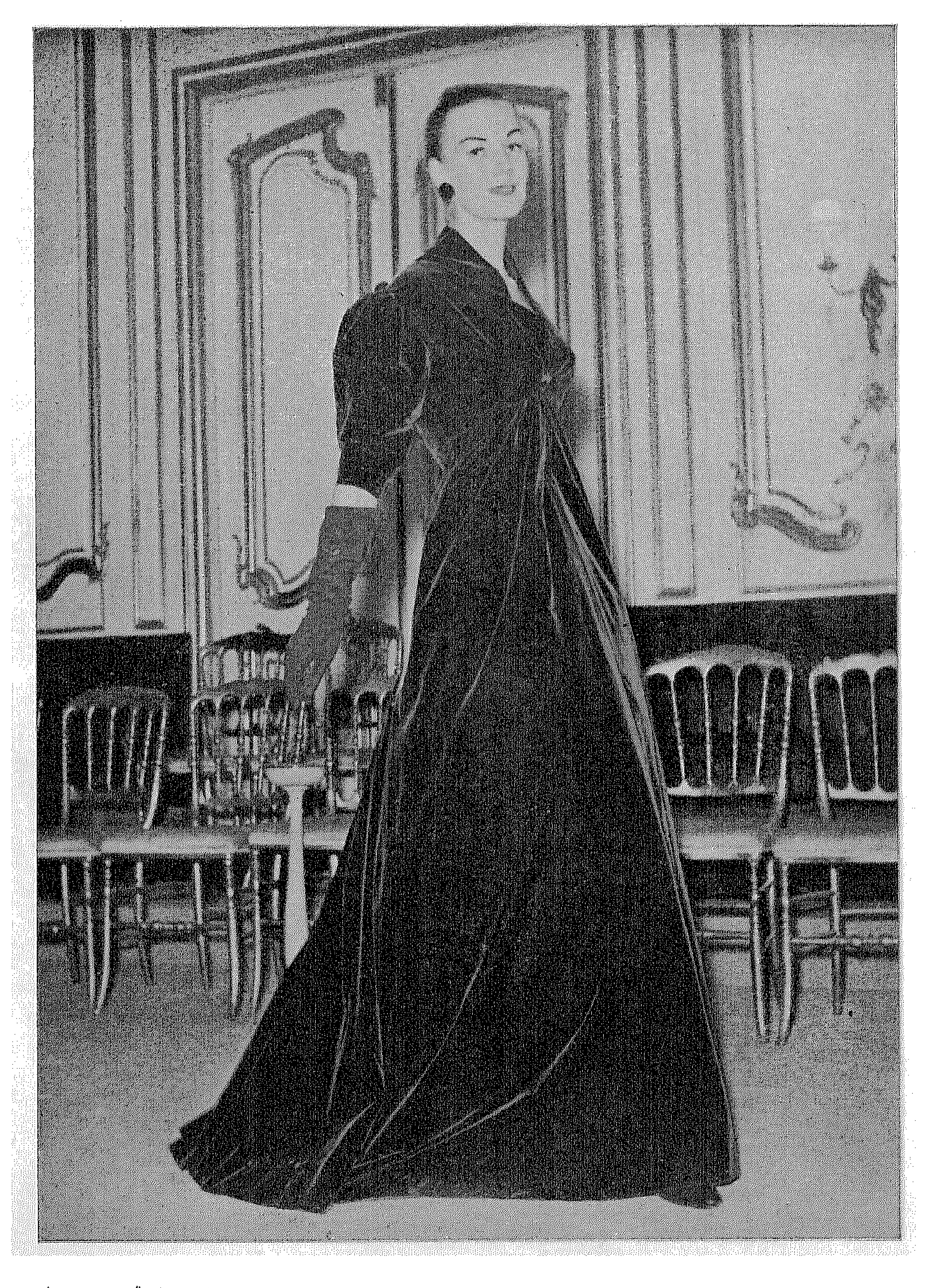
فالاناقة هى ذوق لا عن مادة تصرف

فتعالى ندرس كيف ترهق ميزانية الزوج اذا كانت المرأة لاتعمل وميزانيتها اذاكانت من النساء العاملات .

فالانفاق على الملابس يأتى من ناحيتين

أولا : التفصيل والحياكة

ثانيا : الاقمشة



فعن الاولى فقد اهتمت بنت النيل منذ صدورها باعطاء دروس حياكة حتى يتسنى لكل قارئة مهما كانت ميزانيتها صنع ملابسها بنفسها وتنشر بنت النيل فى كل شهر تحت عنوان « باترون بنت النيل » ما يجعلك تستغنى عن صرف جزء من ميزانيتك على هذا الباب ..

وأما عن الثانية وهى الاقمشة فعندنا فى مصر والحمد لله الاقمشة الوطنية المصنوعة من القطن المصرى وهى لا تقل روعة عن الاقمشة الواردة من الخارج ان لم تكن تزيد عنها جمالا وروعة .

فانظرى الى الموديلين المنشورين هنا . ويمكن صناعة رقم «١» من القطن المصرى مما لا يكلفك الكثير وصنع الموديل « ٢ » من القطيفة البسيطة وهى أيضا ثمنها بسيط

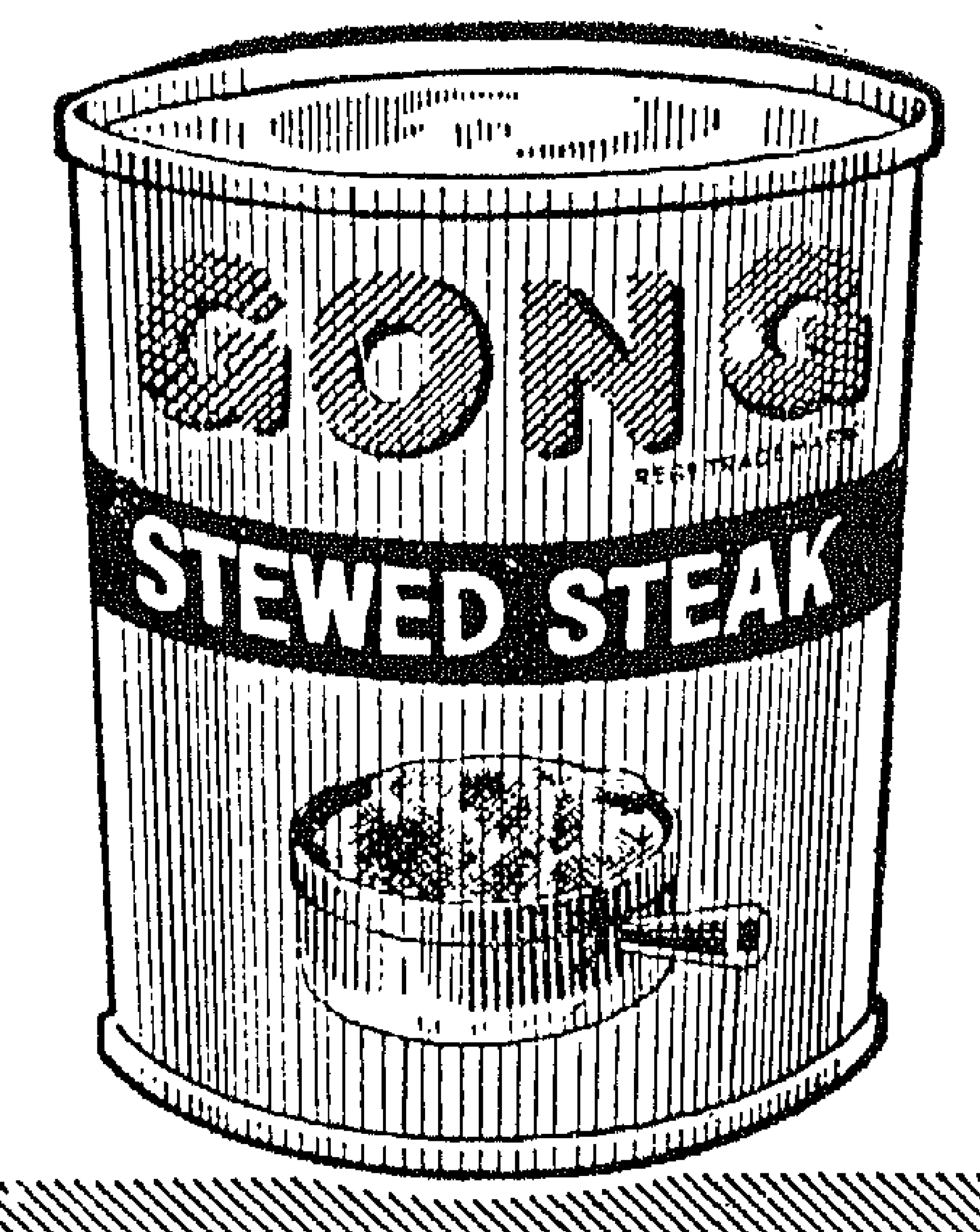
والمهم ان كل ذلك يتوقف على ذكائك وذوقك فى اختيار الاقمشة الرخيصة والجميلة من الصناعة المحلية.

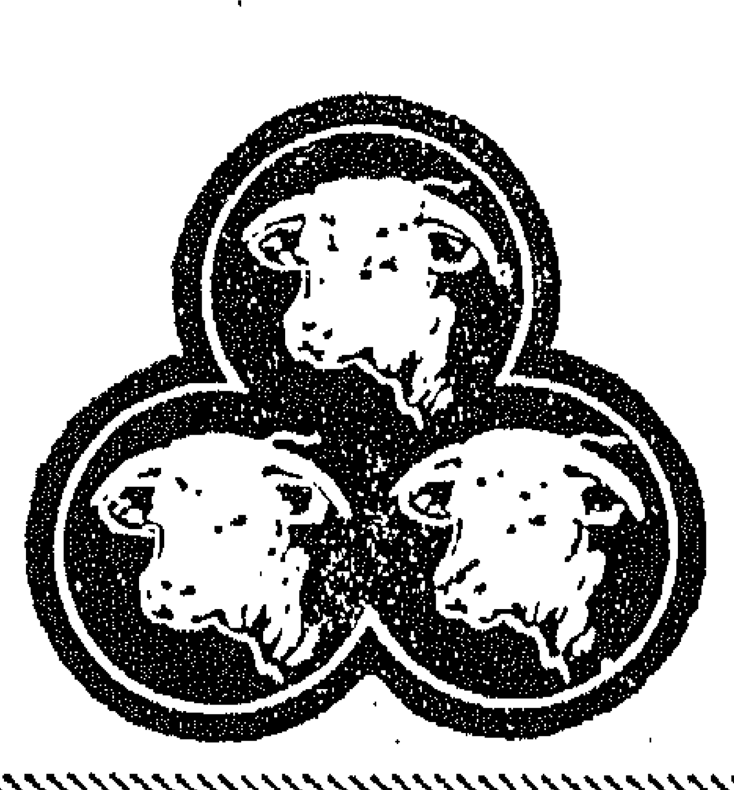
النطبيق بطاطس..



بلحم الـ "جونج"

- جهزى البطاطس كالعادة مع استعمال الطماطم أو الصلصة .
- قبل نضج البطاطس تماما أضيفى اللحم الموجود فى علبة جونج عليها واتركيها على النار لمدة دقيقة ثم ارفعيها .
- علبة لحم الـ جونج تكفى اذا أضيفت على نصف كيلو من بطاطس لغذاء أربع افراد.




و "بيفكس"



احدى منتجات "جونج"

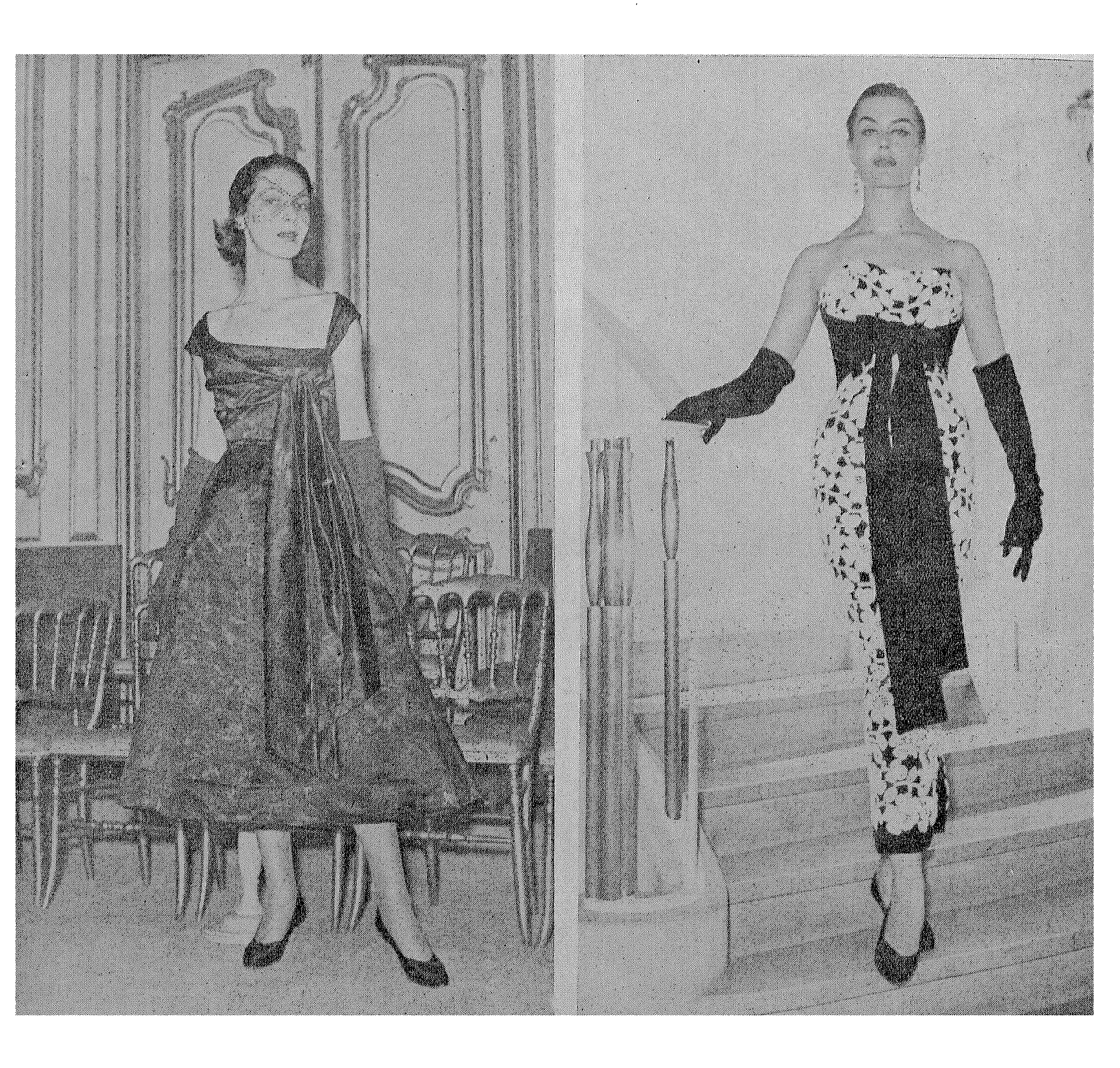




لحفلات الكوكتيل الممتد وللسهرات يقدم لنا « كريستيان ديور » هذا الفستان الرائع المحلى بالبرودريه المذهب

فستان ضيق ((فورد)) من القطيفة السوداء تغطيها دانتيل ابيض ويتميزهذا الثوب بحزام طويل وفيونكة تحت الصدر من القطيفــة السوداء ويلبس معه جوانتى اسود طويل وهو أجمل تصميمــات ((جاك هايم)) لهذا العام

اما ((مانجان)) فيقدم لنا لحفلات الكوكتيل فستانا من الستان المنقوش الاحمر بالاسود ويلبس معه جوانتى اسود طويل ويتميز أيضا بالحزام تحت الصدر





فستان كوكتيل من الدنتيل وقد حلي صدره بالقطيفة الغامقة ويلبس عليه بالطو واسع من الساتان الرصاصي وهو من ابتكار ((مانجان))

فستان بسيط للسهرة من الموسلين الابيض
ويعلو صدره برودريه مذهب

فستان كوكتيل للفتيات من الارجنـــــدى
الابيض المطرز



فساتين من قطعتين



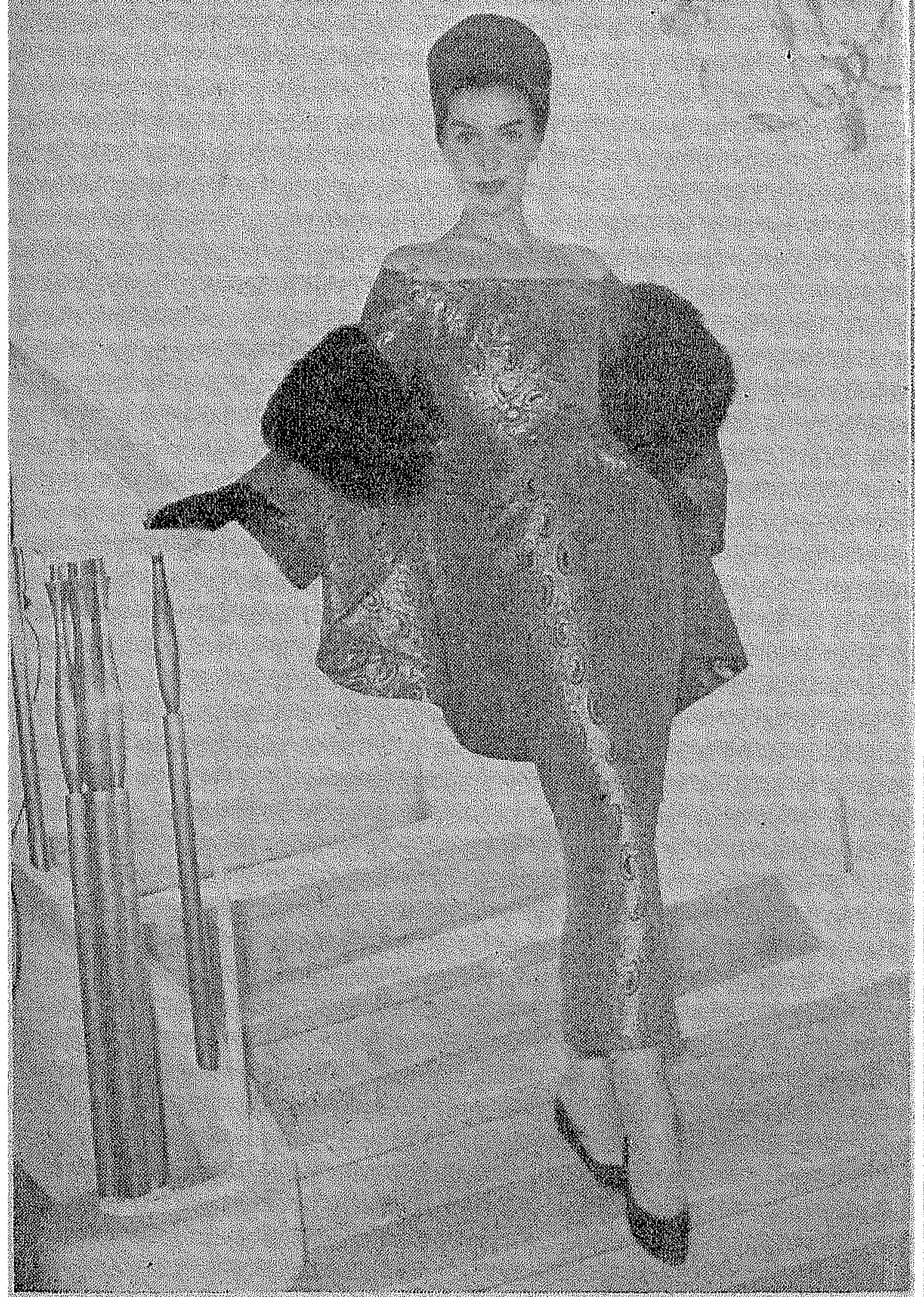
هذا الفستان يبـدو تاييرا
لكنه فى الواقع فستان مـن
قطعتين من الصـوف الرمادى
يقدمه ((كريستيان ديور))

ويقدم هذا الطقم ((جاك فات))
من الصوف البنفسجي تعلوه
ياقة من جلد النمر



فستان بالبوليرو من التويد
يقدمه ((جاك جريف)) للصباح

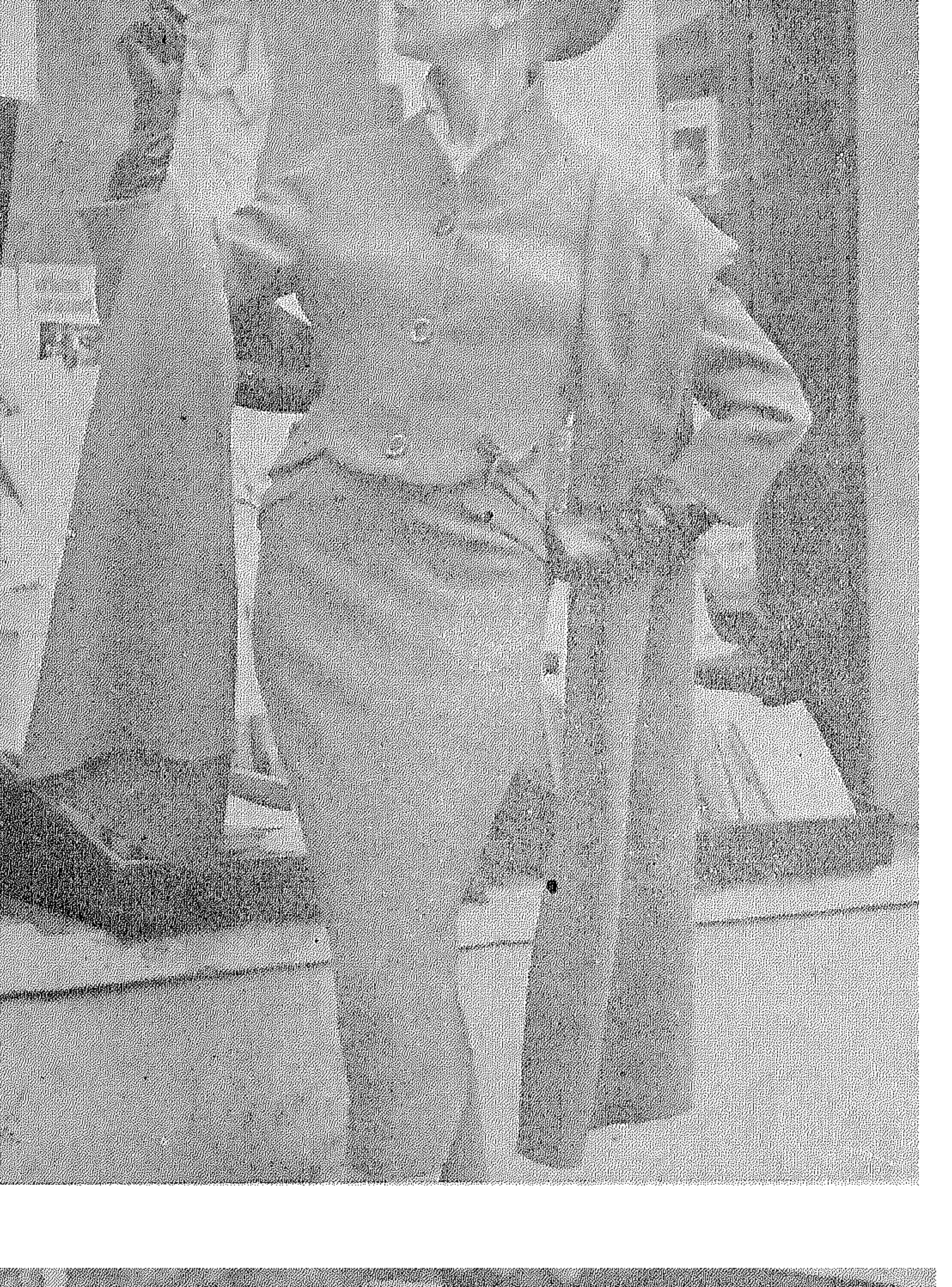
تشكيلة من



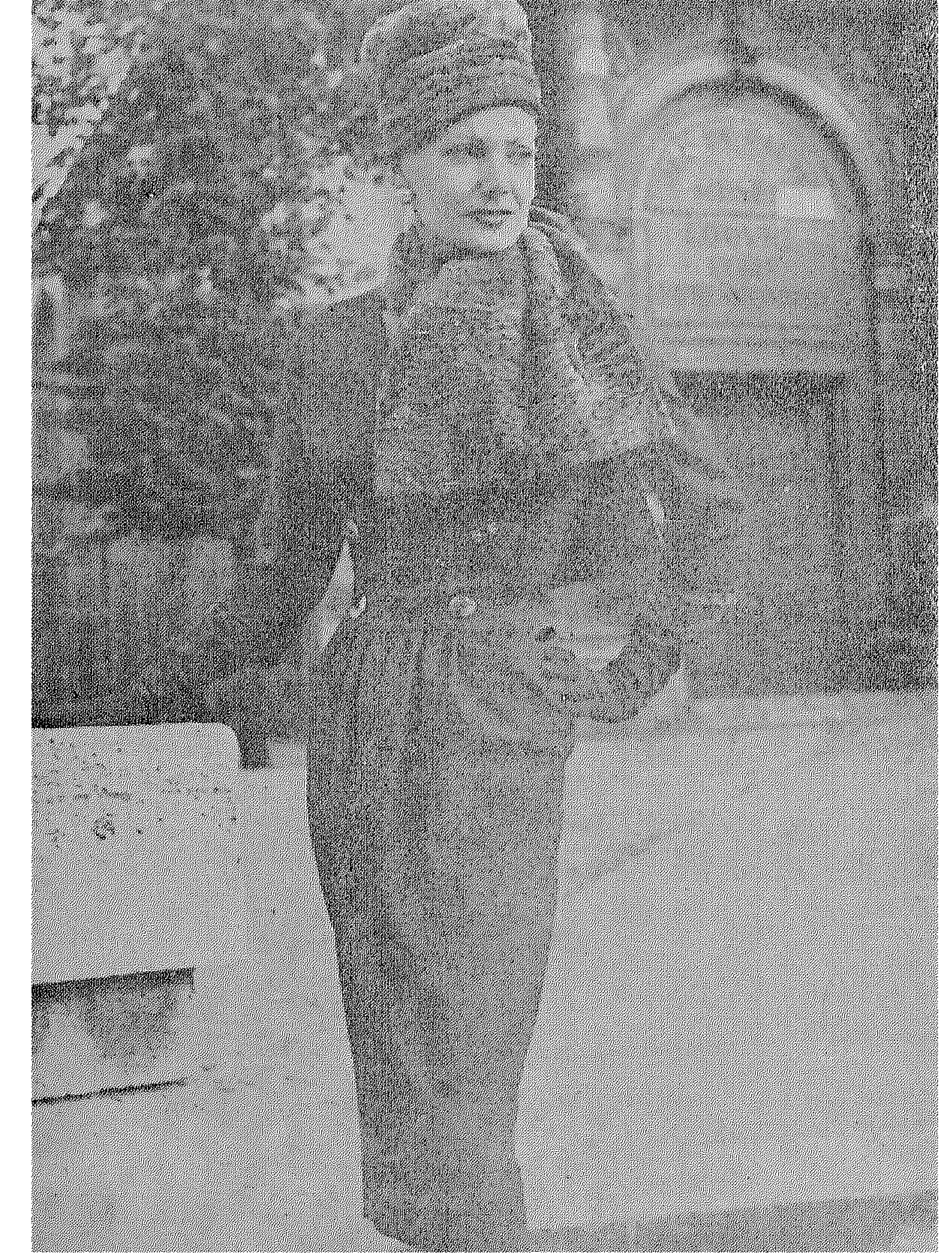


اليك ياسيدتى تشكيلة من اخر مبتكرات هـذا العـام تحتوى على كل أنواع الثياب ولكل وقت فى الصباح وبعد الظهــر وفى المساء

مبتكرات هذا العام

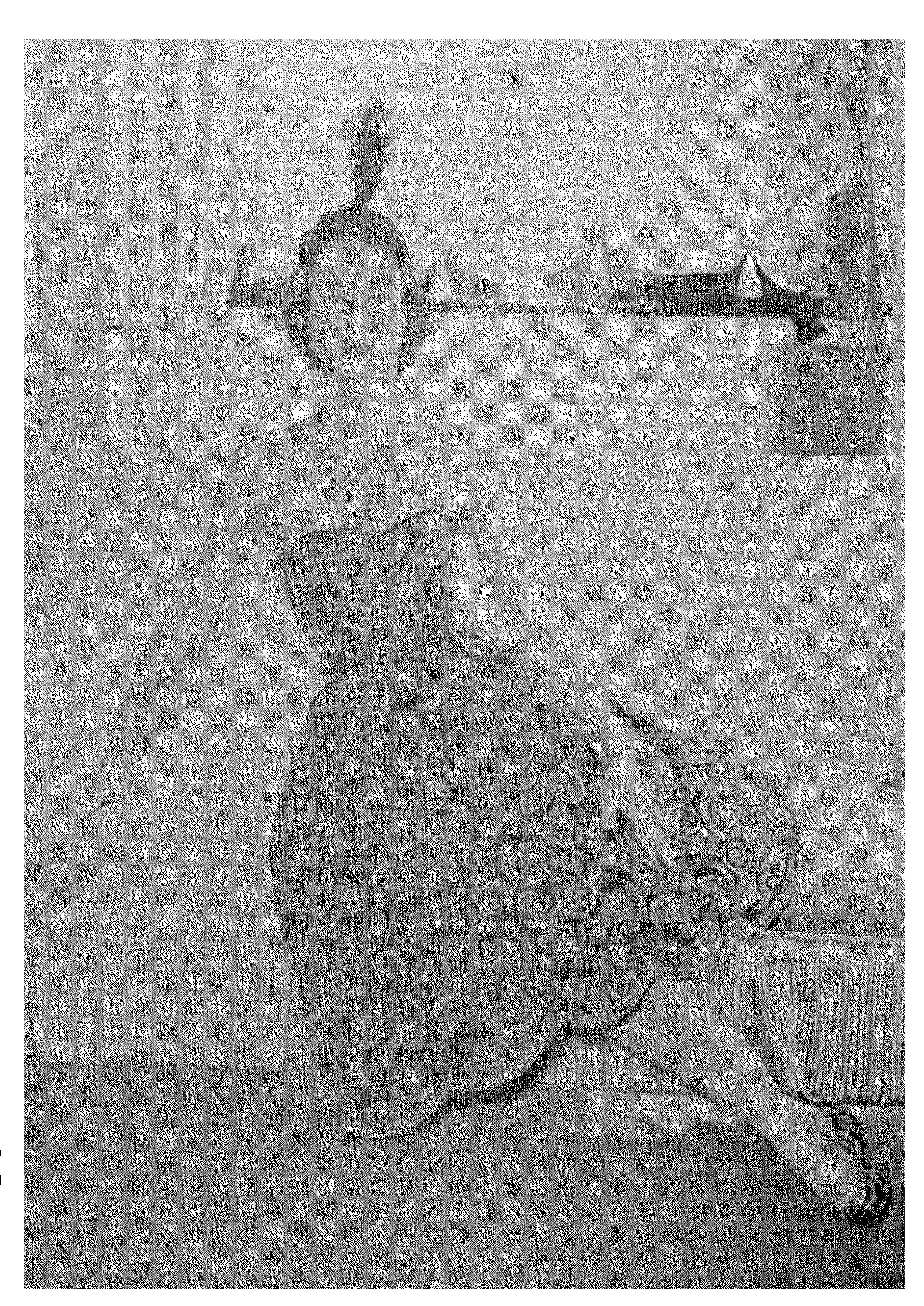






فانتقى منها ما يناسبك ويوافق رغبتك وهى من تصميم جان باتو وبايير بلمان وجان هايم وهم كما تعلمين من اكبر مصممى الازياء فى باريس

جمال وروعة



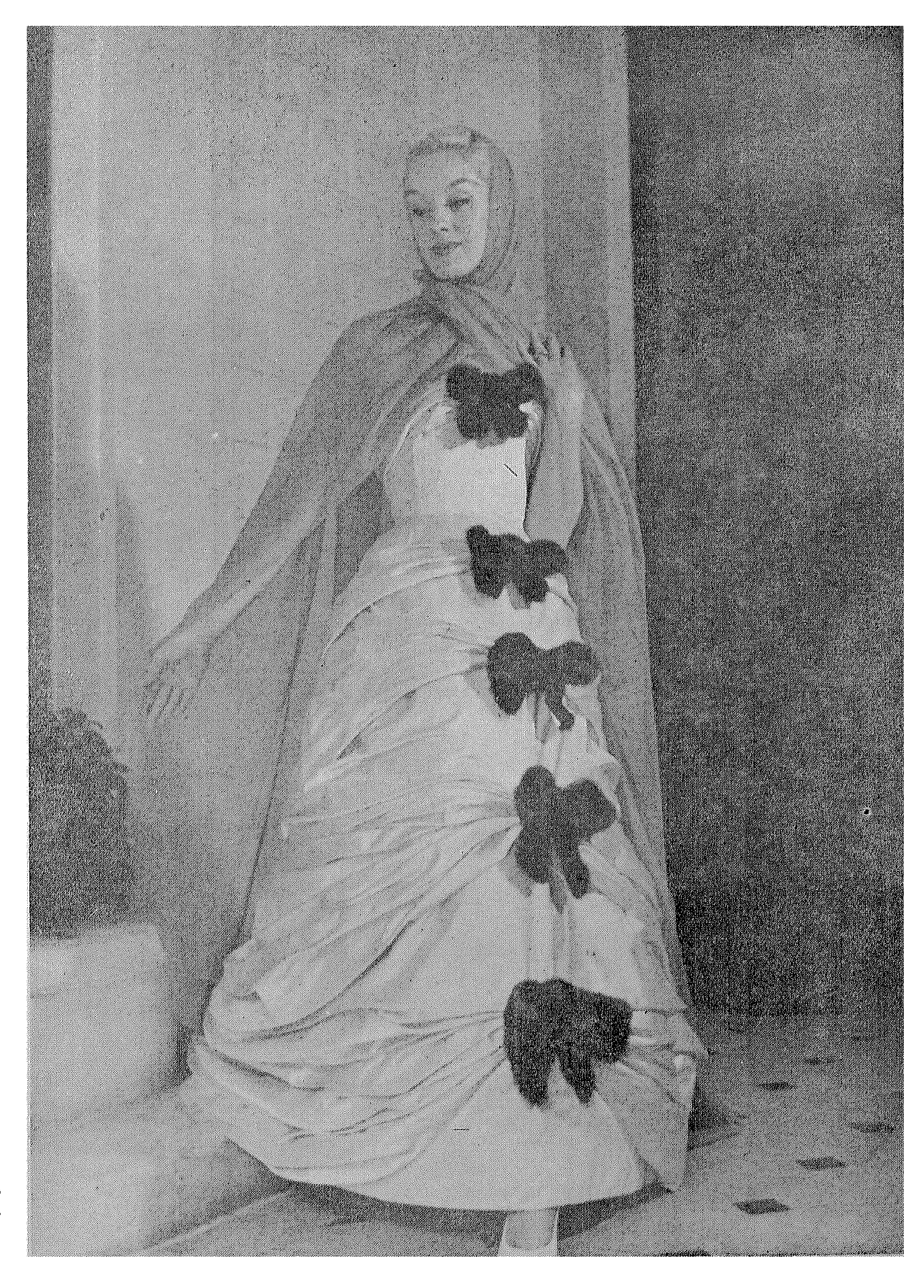
فستان رائع للسهرة من الدانتيل الاسود المحلاة بالبرودريه الفضى

فى المساء



ويلبس عليه بالطو من القاى الاسود وجزمة من نفس نوع الفستان والمجموعة مقدمة من كريستيان ديور

للسهرات الأنيقة



فستان من الساتان الابيض
تزينه فيونكات من الفيزون
ابتكار بيير بالمان



فستان للسهرة من الساتان البرتقالى يمتاز بدرابيه مبتكرة من تصميم جاك فات .

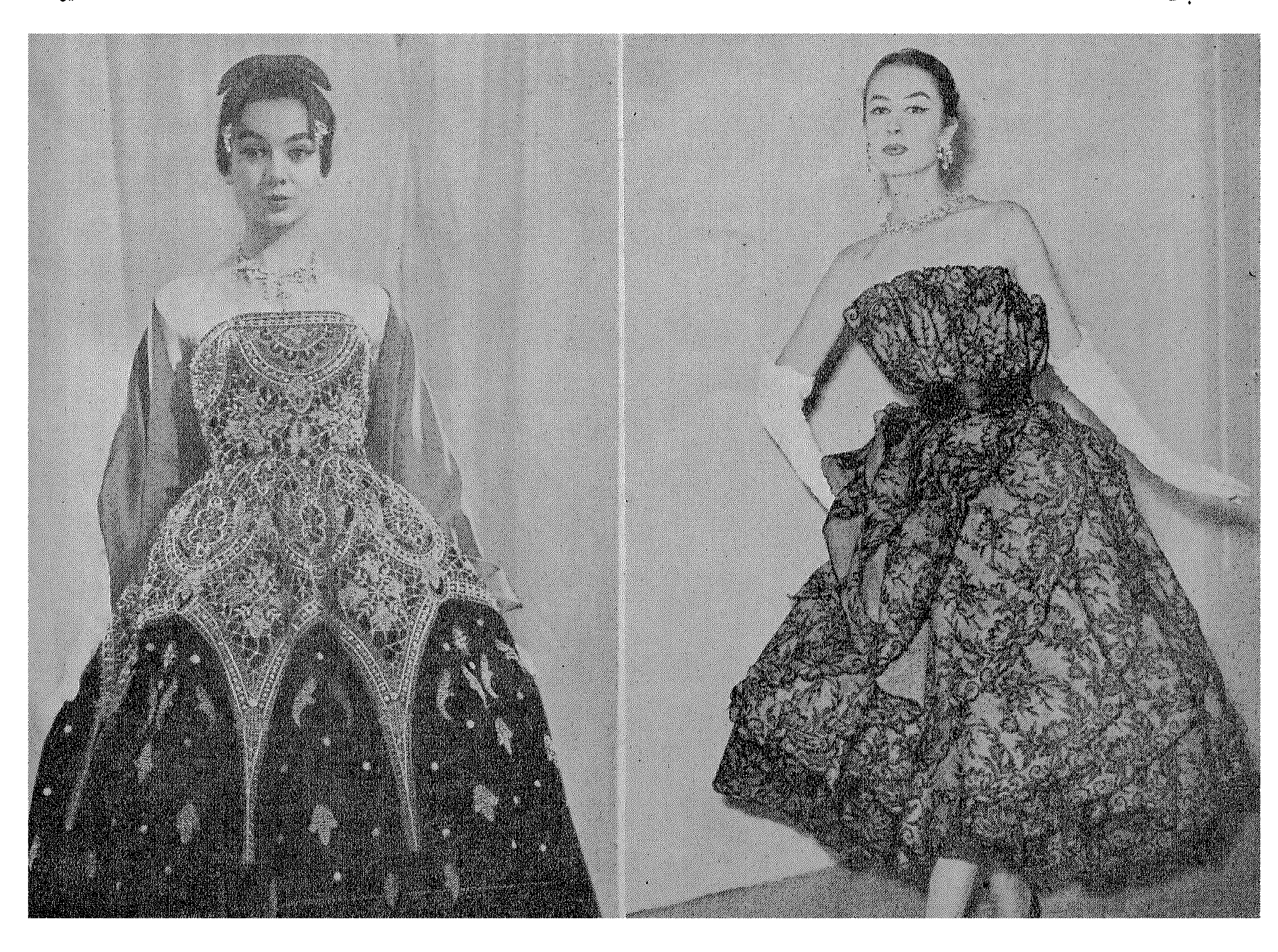
فستان من الموسلين البنفسجى فاتح وغامق ويمتاز بالكشكشة المبتكرة التى يقدمها جاك ديسيس

اما هذا الثوب المكشكش بطريقة اخرى فيقدمه « جان باتو »

البرودريه والدنتيل للسهرة

جاك فات

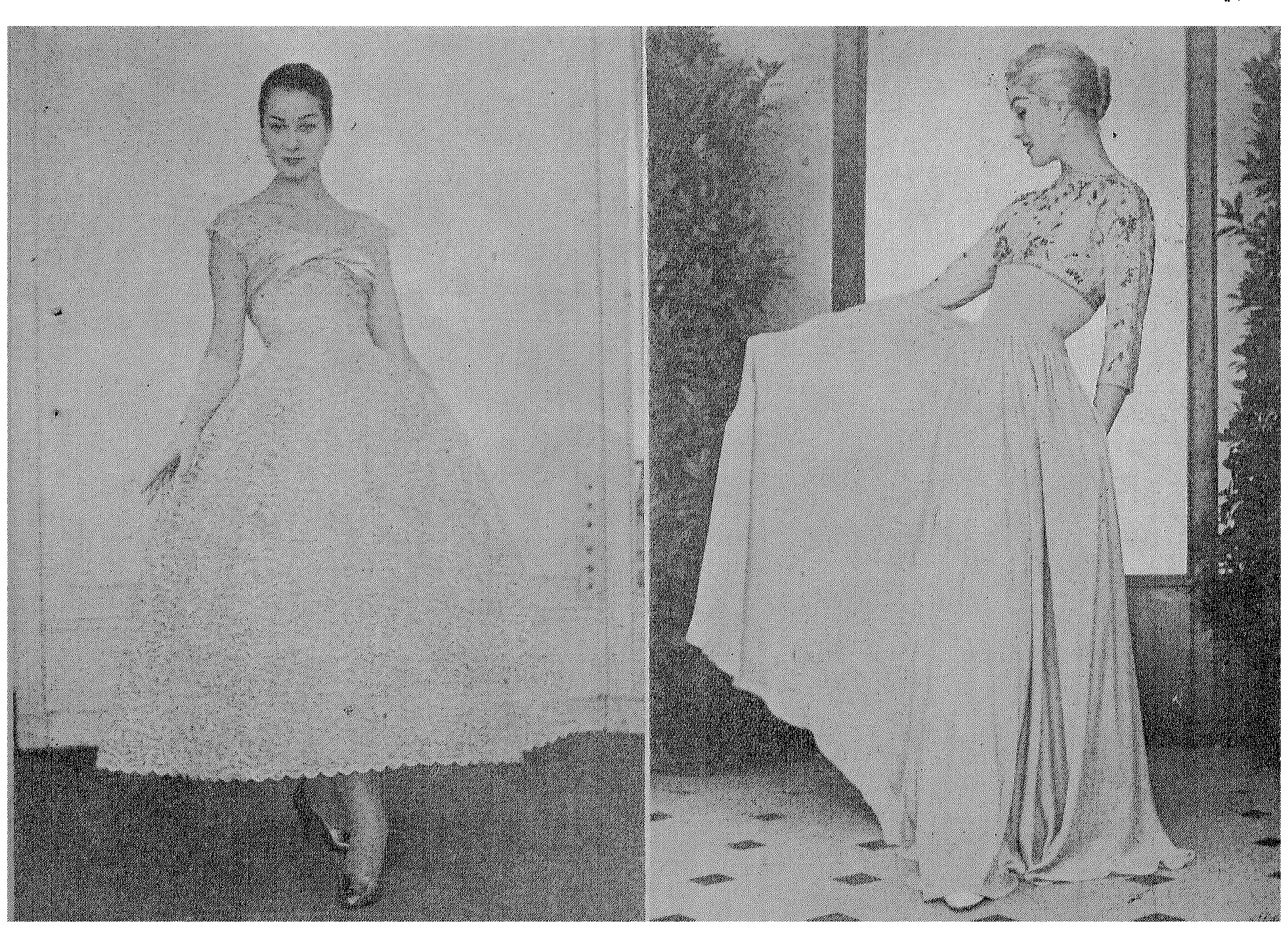
لانفان كاستيو



نعرض عليك فى هاتين الصفحتين مجموعة من الفساتين المشغولة بالخيط المذهب والفضى ومحلاة بالفصوص وأخرى مصنوعة من الدنتيل الجبيير وهى من أحدث مبتكرات أزياء السهرة

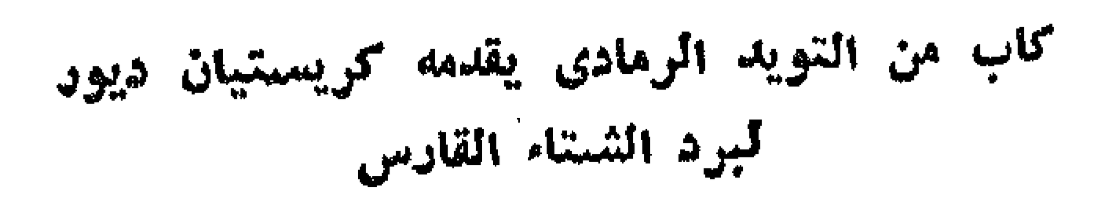
جاك جريف

بيير بالمان

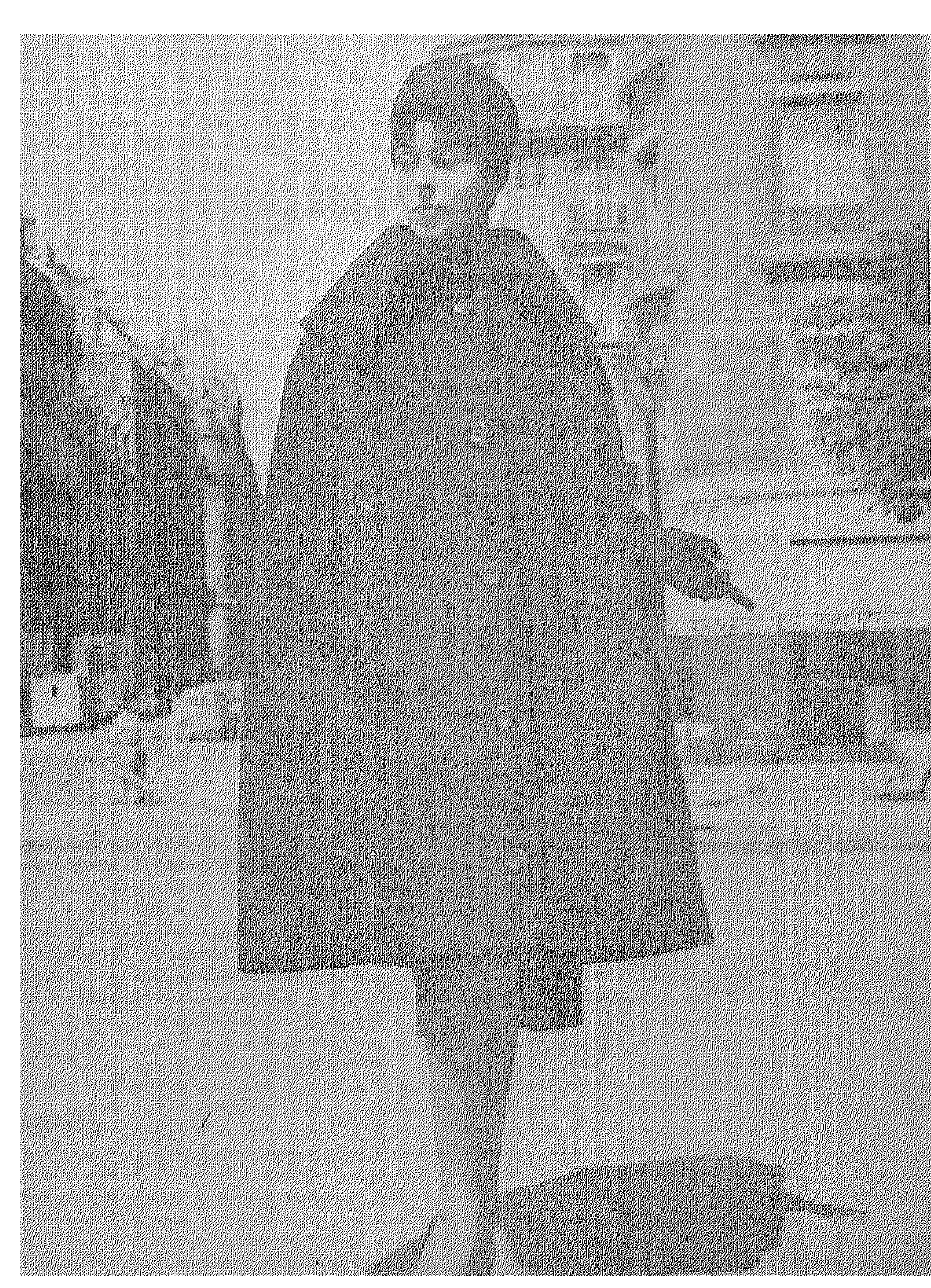





يقدم جان جريف فى مجموعته هذا العام هذا
البالطو ٤/٥ من الصوف الابيض يحليه فى
الوسط حزام جلد اسود وتحته جونلة
سوداء ضيقة

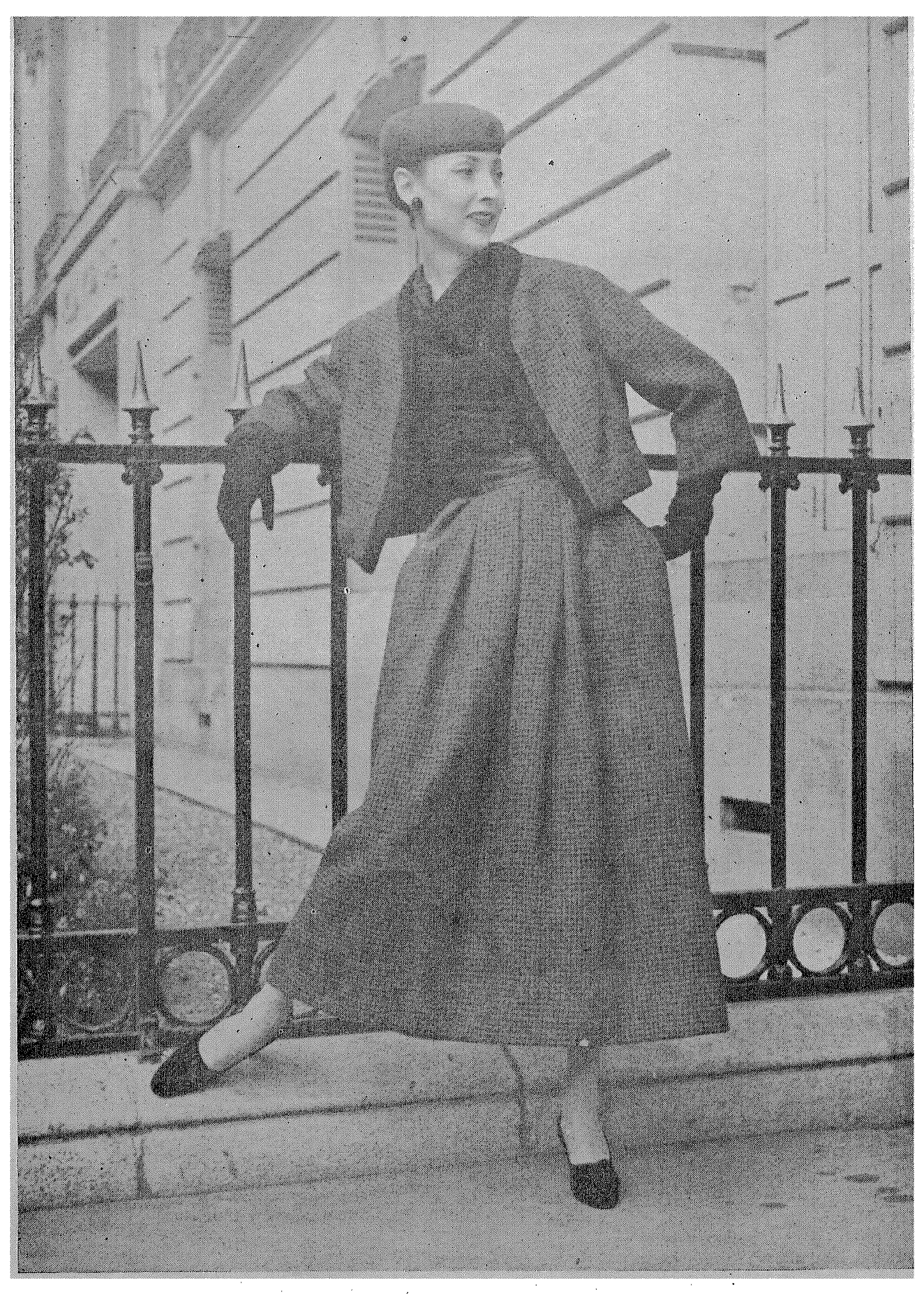


كاب من التويد الرمادى يقدمه كريستيان ديور
لبرد الشتاء القارس







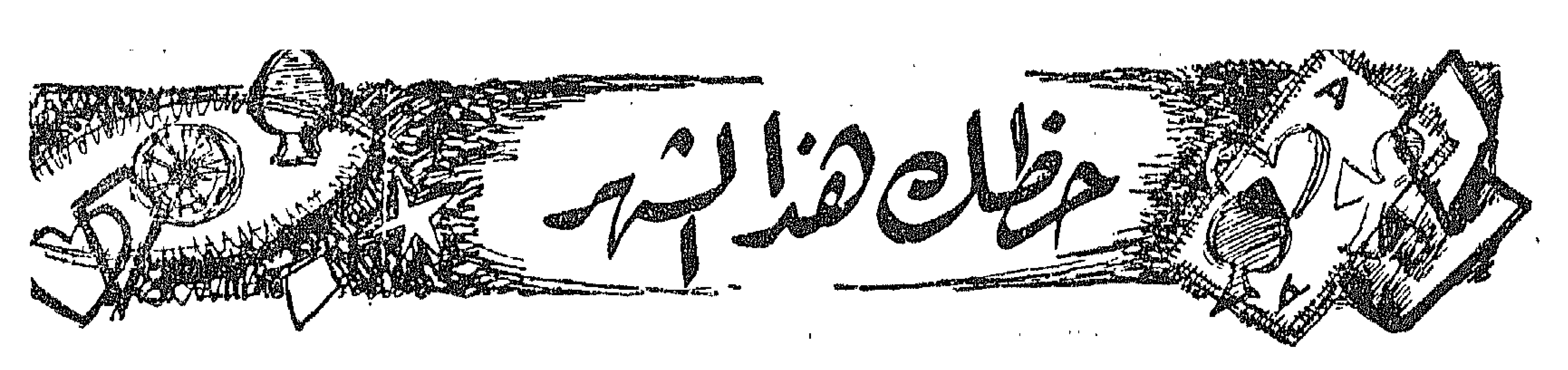


كما يقدم لنا كريستيان ديور هذا الثوب المبتكر من التويد وهو مكون من ثلاث قطع : جـــونلة وبوير
وبلوزة سوداء من الشرمبيه





البنت عنوان امها فلا تهملى شأن ابنتــك ٠
وبنت النيل تقدم لك اخر مبتكرات أزياء الفتيات



من ٢١ مارس الى ٢٠ ابريل :
اذا كان قلبك خاليا فستقابلين هذا الشهر الشخص الذى يملا هذا الفراغ . بوادر سعيدة فى الحب . كونى رقيقة فى معاملة اقربائك ان اردت خيرا هذا الشهر على المتزوجات ان يضحين قليلا هذا الشهر ويغضين النظر عن خطأ الازواج .



من ٢٠ ابريل الى ٢٠ مايو
وجهى كل ارادتك لمقاومة اندفاعك نحو شخص تظنين انه يحبك . لا تكونى خيالية الى هذه الدرجة . على المتزوجات الا يعطين المشاكل التى تقابلهن كل هذه الاهمية التى لا تستحقها . سوء التفاهم يزول وترجع المياه لمجاريها . حافظى على صحتك واريحى اعصابك . عمل جديد وفرصة مواتية للعاملات

من ٢٠ مايو الى ٢٠ يونية :
زيدى برقة وذكاء قوة الشخصية التى تتمتعين بها ليزداد الاقبال والاعجاب بك فى نظر الشخص الذى تحبينه ويحبك . على الزوجة ان تهىء الجو الملائم السعيد فى منزلها فهذه احسن وسيلة للاحتفاظ بالزوج والاولاد بالمنزل . ارهاق ذهنى رغم الراحة الجسمانية . اعطى عملك حقه واجتهدى لتنالى الترقية التى تهدفين اليها



من ٢١ يونية الى ٢٢ يولية :
على الرغم من اولاد الحلال الذين يدافعون عنك فان بعض الصعوبات سوف تصادفك . اتخذى خطوة ايجابية لتصلى لغرضك ولا تكتفى بالوصول اليها فى الاحلام . اهتمى بزوجك وبشئونه لاصلاح امره وزيادة الالفة والمحبة بينكم فان الفرصة مواتية لتحقيق هذا الامل . نشاط كبير يسمح لك بالقيام بمجهود كبير وابتكار اشياء جديدة . الكسل والتراخى فى العمل يسيئان اليك فى التقدم

من ٢٢ يولية الى ٢٣ اغسطس :
سيحقق لك هذا الشهر تغييرا سعيدا فى حياتك العاطفية اوتحقيق مشروع حساس فى هذا المجال . يناسب هذا الشهر مشاكل القلب ان القرار الذى اجلته أكثر من مرة يمكنك تنفيذه . تسود السعادة فى العائلة اذا ما كرست الزوجة افكارها وعواطفها لهذا الغرض . لا خوف على صحتك . الاوهام هى مرضك . لا تتعهدى بالقيام بعدة اعمال فى نفس الوقت

من ٢٣ اغسطس الى ٢٣ سبتمبر :
اذا سرت دون تبصر وراء ميولك وانفعالاتك فقدت حظك من السعادة ان الخطط الموضوعة بعد تفكير سليم هى التى ستحقق هذا الشهر . سعادتك . احذرى الخلافات والخناقات التى يسببها سوء تصرفك فى الاسرة واياك والتصريح بما يجب اخفاؤه . يخشى من انهيار عصبى . الاكثار من الادوية يؤذى احترسى فى العمل من الدخلاء وفضول الزملاء . لا تبوحى باسرار العمل .

من ٢٣ سبتمبر الى ٢٢ اكتوبر :
احترسى منه ولا تنقادى وراء الاقوال المعسولة والوعود الكاذبة انك فى حاجة الى شجاعة وعزيمة وبعد نظر ان اردت الحصول على ما ترغبين . صحتك وحالتك النفسية فى حاجة لعناية . لاتهتمى بقريبة زوجك ومشاغباته أنها حالة عصبية ستزول اذا صبرت عاجلا . العمل على ما يرام ولن يطرأ عليه اى تغيير

من ٢٣ اكتوبر الى ٢٢ نوفمبر :
معاملة قاسية وزعل يؤديان الى برود العاطفة . غيرة طائشة تقضى عليها فى نهاية الشهر بصبرك وترفعك عن الصغائر . لا تكونى ديكتاتورية فى بيتك يجب التفاهم مع زوجك بالذوق والسياسة . امتنعى عن التدخين بسبب ضعف فى الصحة . خذى فيتامينات . نجاحك فى ميدان العمل سيعوضك عن المضايقات العاطفية والعائلية التى تحيط بك حاليا



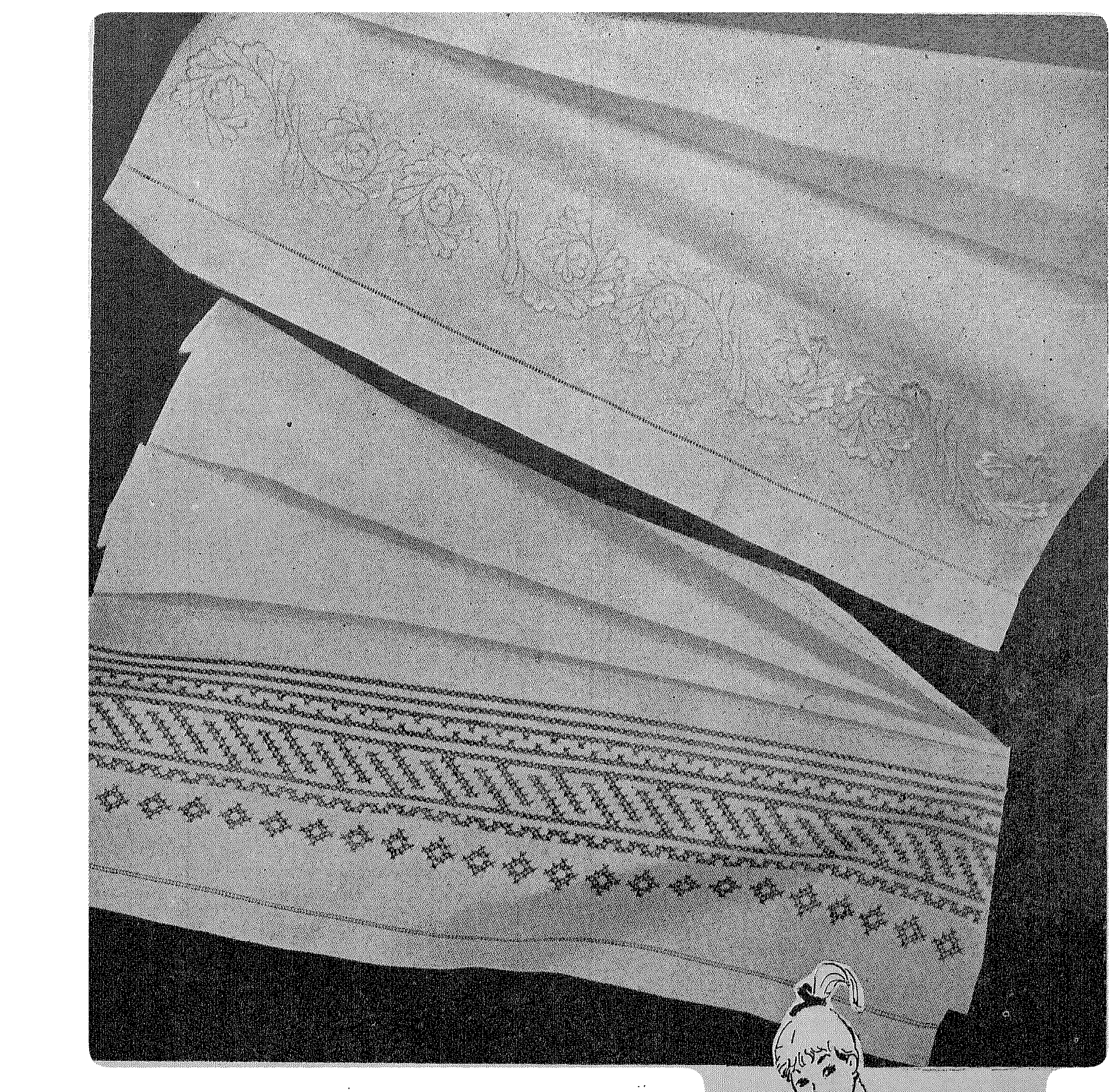
من ٢٢ نوفمبر الى ٢٢ ديسمبر :
لا تكونى متعجرفة ان التكبر ليس فى مصلحتك ويبعد عنك أعز الناس اليك . محاولتك السيطرة تبوء بالفشل لحرصه على شخصيته ورجولته . الغضب والغيرة لن تفيداك وأحبى زوجك فهو مظلوم الم فى العيون يستدعى علاجا عاجلا شهر تنقلات فى العمل ونجاح فى الاعمال التى تحتاج لمهارة ونشاط عقلى . اخبار هامة فى نهاية الشهر

من ٢٢ ديسمبر الى ٢١ يناير :
الحرص والتريث يهيئان لك انتصارا . عقلك وقلبك ينهيان متاعبك الى احسن مما تتوقعين . اذا اتبعت الزوجة ما يمليه عليها عقلها واتبعت واجبها سعد الجميع تعب فى المصران يحتم اتباع رجيم فى الاكل . عملك فى تقدم مستمر فى استطاعتك التصرف فى مجال مصلحتك فهذا الشهر يهيىء لك مجالا للترقية

من ٢١ يناير الى ٢٠ فبراير :
الكآبة وتنمية البغضاء فى نفسك وحب الانتقام يقضيان على سعادتك وحبك . كونى صبورة ولا تندفعى فى الخلافات العائلية . يتأثر زوجك من غضبك وكآبتك ولا يميل للصلح والتفاهم . انهيار عصبى محقق اذا لم تقاومى ثورة اعصابك المستمرة . حظ مادى فى العمل ومفاجأة سارة



من ٢٠ فبراير الى ٢١ مارس :
احتفظى بهدوئك ومرحك واحتالى على الحياة برغم الصعوبات التى تقابلك لا تتأثرى للمواصف العاطفية . تحقيق مشروعات تتعلق بك . رعايتك لزوجك واولادك تخفف من زوجك المتاعب ويبعث الامل فى نفسه والاسرة كلها . حافظى على صحتك ولا تهملى شأنها نجاح صغير فى العمل ولكنه مشجع ودليل على العناية التى تظهر آثارها فى المستقبل



استغلى أوقات فراغك

الفوط الايبونج لم تعد تستعمل لتنشيف الايدى ولكن الفوط التيل هى الواجبة الاستعمال . وفوط اليد هى التى تقدم لضيوفك والسيدة الانيقة لابد وان تكون فوطها انيقة ايضا واناقة الفوط بالبرودريه وتزداد جمالا اذا صنعتها ربة البيت بيديها الجميلتين فى أوقات فراغها وامامك الان نموذجان لتعملى مثلهما

الفوطة الاولى من التيل الابيض الشغل بغرزة الخيال والنسيج المليان بالخيط الابيض

اما الفوطة الثانية فهى من التيل الابيض ذى النسيج الواسع الشغل غرزة الصليب (بوان دى كرواه) بلون اخر



٣ فســـاتين برودريه

ويمكنك صنع هذه الفساتين مـــن الاقمشة الحريرية وايضا الاقمشـــة القطنية والصوفية الخفيفة « الفيــلا » ويلاحظ انسجام السومكس مع الورود الصغيرة التى تشغل بنفس الوان خيط حبكة السومكس كما هو مبين بالرســم



بلوفر لزوجك بدون اكمام

لا بد انك تفكرين الان بمناسبة قرب فصل الشــتاء فى ملابس الشتاء وتوفير هذه الملابس باقل التكاليف ٠٠ ولا شك انك تهتمين بزوجك العزيز وتوفير الدفء له فى برد الشتاء القارص
ونحن نقــدم لك فى هذه الصفحة بلوفر تصنعينه بيديك الجميلتين لزوجك هدية منك فى بداية فصل الشتاء ٠٠

المواد اللازمة :

١٩٦ جرام (٧ شلل) من صوف باتونز بيهايف فنجرنج ـ ٣ فتل ـ المصنوع بطريقة باتونز لمقاومة الانكماش والتمدد ـ او ٢٢٤ جرام (٨ شلل) من صوف باتونز بيريل هيدر فنجرنج ـ ٣ فتل ـ ابرتان نمرة ١٢ وابرتان نمرة ٩ ماركة بيهايف أو كوين بى اذا كنت تفضلين الابر الصلبة غير القابلة للصدأ ـ مجموعة من أربع ابر ماركة بيهايف أو كوين بى بطرف مذبب من الناحيتين المصنوعة حسب مقاييس بيهايف الدقيقة ـ ابرة سلك ماركة بيهايف ٠

المقاسات :

مقاس الصدر ٩٥ ـ ١٠٠ سنتى ـ المقاس من أعلى الكتف ٦٠ سنتى

الاختصارات :

ع = غرزة معدولة ٠ م = غرزة مقلوبة ٠ ٤ ح = اشتغلى ٤ حبل بأن تشتغلى بالعرض الفرز الثمانية التالية كالاتى : اسلتى ٤ غرز على الابرة السلك واتركيها فى ظهــر الشغل ـ اشتغلى بالعرض الاربــع الفرز التالية ع ـ ثم اشــتغلى بالعرض ٤ غرز على الابرة السلك٠

قوة الشد :

٧ غرز و ٩ سطور لكل ٢ ١/٢ سنتى بفرزة عادية على الابرتين نمرة ٩ ٠

الامـــام

اســـتعملى الابرتيــن نمرة ١٢ وابدئى ١٣٢ غرزة ـ اشتغلى ١ ع ـ ١ م مضلع مساحة ٣/٤ ٨ سنتى

السطر التالى :

١٠ غرز مضلع ـ (زودى فى الفرزة التالية ـ ١٥ غرزة مضلع) ٧ مرات ـ زودى فى الفرزة التالية اشتغلى مضلع للاخـــر (١٤٠ غرزة) ٠

انتقلى الى الابرتــين نمرة ٩ واستمرى حسب الموديل كالاتى : (مع ملاحظة ان كل الفرز المسلوتة تسلت بالمقلوب لان الصوف يكون فى ظهر الشغل طوالى) ٠

السطر الاول :

× (١ ع ـ اسلتى غرزة) ٣ مرات ـ ١ ع ـ ٢ م ـ ٨ ع ـ ٢م ـ كررى من × الى اخر ٧ غرز ـ (١ ع ـ اسلتى غرزة) ٣ مرات ـ ١ ع ٠

السطر الثانى :

× ٧ م ـ ٢ ع ـ ٨ م ـ ٢ ع ـ كررى من × الى اخر ٧ غرز ـ ٧ م ٠

السطر الثالث :

× ٢ ع ـ (اسلتى غرزة ـ ١ ع) مرتين ـ ١ ع ـ ٢ م ـ ٨ ع ـ ٢ م ـ كررى من × الى اخر ٧ غرز ـ ٢ ع ـ (اسلتى غرزة ـ ١ ع) مرتين ـ ١ ع ٠

السطر الرابع :

كالسطر الثانى ٠

السطر الخامس :

× (١ ع ـ اسلتى غرزة) ٣ مرات ـ ١ ع ـ ٢ م ـ ٤ ح ـ ٢ م ـ كررى من × الى اخر ٧ غرز ـ (١ ع ـ اسلتى غرزة) ٣ مرات ـ ١ ع ٠

السطر السادس :

كالسطر الثانى ٠

السطر السابع :

كالسطر الثالث ٠

السطر الثامن :

× ٧ م ـ ٢ ع ـ ٨ م ـ ٢ ع ـ كررى من × الى اخر ٧ غــرز ـ ٧ م ٠

ويتكون الموديل من هذه السطور الثمانية ٠

استمرى حسب الموديل الى او يصبح مقاس الشغل ٣/٤ ٣٨سنتى من البداية ٠

كسمى لحرد : الباط وقسمى للرقبة التى على شكل حرف ٧ :

السطر التالى :

اقفلى ٨ غرز ـ اشتغلى ٦١ غرزة حسب الموديل (ويوجد الان على الابرة بعد القفل ٦٢ غرزة) ثم دورى واستمرى على هذه الفرز الاثنين والستين كالاتى :

نقصى غرزة عند حافة حــردة الباط على السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى ان يتم شــغل ٨ تنقيصات عند حافة البــاط وفى نفس الوقت نقصى غرزة عند حافة الرقبة على السطر الثالث وكل سطر رابع تال الى أن يتم تبيص حردة الباط ٠

استمرى بدون تنقيص اخر عند حافة حردة الباط ولكن استمرى فى تنقيص غرزة عند حافة الرقبة على كل سطر رابع من التنقيــص السابق الى أن تبقى ٣٦ غرزة ٠

استمرى على هذه الفرز الى ان يصبح مقاس الشــغل ١/٤ ٢١ سنتى من بدء تكسيم حردة الباط وانتهى عند حافة حردة الباط ٠

كسمى للكتف بأن تقفلى ١٢ غرزة عند بداية السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى أن يتم قفل كـــل الفرز ٠

اوصلى الصوف الى الســـبعين غرزة التى على الابرة وكملى كالنصف الاخر من الامام ٠

الظـــهر

اشتغلى كما اشتغلت للامام الى أن تصلى الى تكسيم حردة الباط ٠

كسمى حردتى الباط بأن تقفلى ٨ غرز عند بداية السطرين التاليين ٠٠ نقصى غرزة عند طرف السطر التالى وكل سطر بعد سطر الى أن تبقى ١٠٨ غرز ٠

استمرى على هذه الفرز الى ان يصبح الشغل كالامام لفاية تكسيم الكتف ٠ كسمى للكتفين بأن تقفلى ١٢ غرزة عند بداية السطور الستة التالية ـ اقفلى ٠

بنضة الرقبة

بغرزة غير مرتبة اوصلى الكتفين من الظهر والامام ٠ وبمجموعة الابر نمرة ١٢ ووش الشغل مواجها لك وابتداء من اعلى الكتف الايمن القطى ٣٦ غرزة بعرض الظهر ثم القطى ٨٢ غرزة الى وسط الفتحة «٧» ٠ القطى غرزة عند وسط الفتحة «٧» ثم القطى ٨١ غرزة لتكملى الدائرة (٢٠٠ غرزة) ٠

استمرى فى دوائر كالاتى :

الدائرة الاولى :

× ١ ع ـ ١ م ـ كررى من × الى غرزتين من الفرزة الوسطى ـ ٢ ع معا ـ ١ ع ـ اسلتى غرزة ـ ١ ع ـ اسلتى عليها الفــرزة المسلوتة ـ × × ١ م ـ ١ ع ـ كررى من × × الى اخر غرزة من الدائرة ـ ١ م ٠

استمرى فى شغل دوائر على هذا الخط نقصى عند كل جانب من غرزة الوسط التى فى دوائر أخرى ٠

اقفلى بمضلع قفلا رخوا ٠

بنضتا الذراعين

استعملى الابرتين نمرة ١٢ وبوجه الشغل لناحيتك القطى ١٥٢ غرزة حول حردة الباط ـ اشــتغلى ٩ سطور ١ ع ـ ١ م مضلع ـ اقفلى بمضلع قفلا رخوا ٠

اشتغلى البنضة الثانية بنفس الطريقة ٠

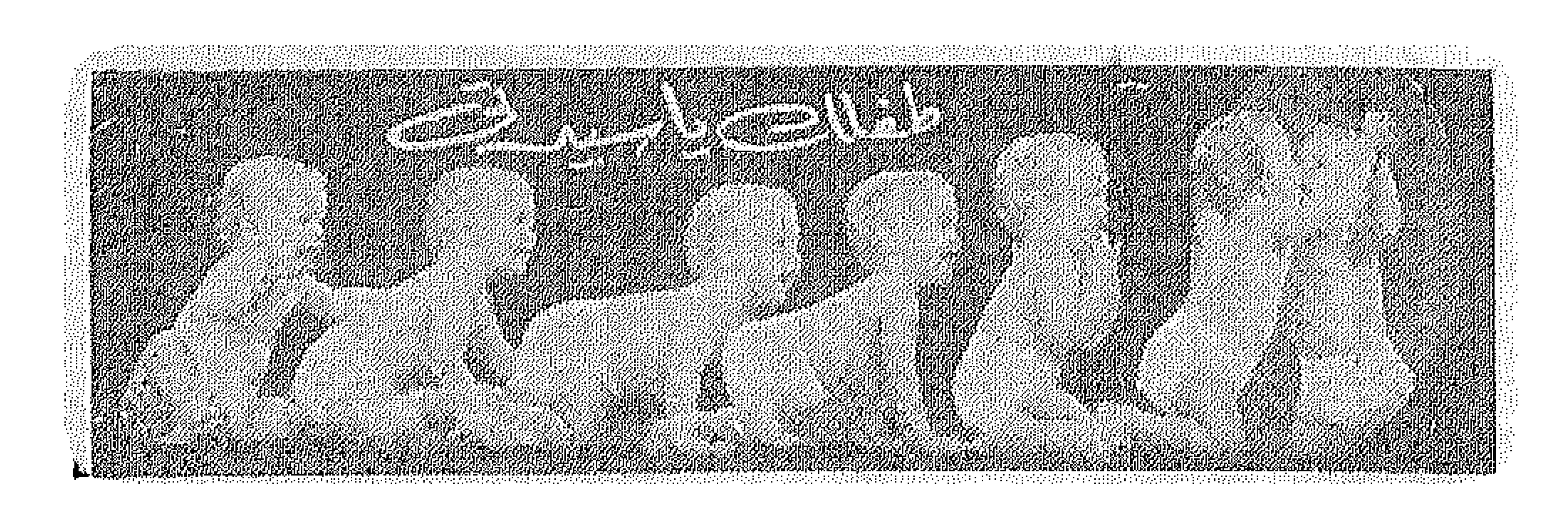
التركيبه

١ ـ اغفلى المضلع وبظهر الشغل مواجهـا لك دبسى الحـــافات المستديرة ٠

٢ ـ وباستثناء المضلع اكوى بمكواة ساخنة وقطعة قماش مبللة

٣ ـ خيطى الجوانب وبنضتى الدراعين بفرزة غير ظاهرة ٠

٤ ـ اكوى كل الخياطات ٠



حدثتك يا سيدتى من قبل عن واجباتك نحو طفلك فى شهره الاول •

واليوم يا سيدتى أتابع حديثى معك عن واجباتك فى شهره الثانى من عمره المديد ان شاء الله •

طبعا انت الآن خبيرة فى طريقة حمله ومعرفة سبب بكائه وهل يبكى جوعا أو ألما أو بسبب بلله أو مجرد غجرى •

والطفل فى الشهر الثانى يكون قد بدأ على التعود على أوقات الاكل والنوم والحمام •• واصبح تنفسه منتظما وعوده أصلب من الشهر الاول •

ويزيد وزن الطفل فى الشهر الثانى من كيلو الى كيلو ونصف عادة • ويبدأ الطفل فى هذه المرحلة فى معرفة وتمييز ما يدور حوله شيئا فشيئا ومع الايام يميز وجه أمه عن باقى الوجوه • ويبتسم لها ابتسامة ملائكية • واذا مررت بمصباح أمام وجهه تتبع نوره بعينيه ذهابا وايابا • وعضلات الطفل تقوى فى هذا الشهر عن الشهر الاول فيستطيع رفع رأسه عن كتف حامله من آن لآخر وفى الاسبوع الثامن من عمره يمكنه أن يظل رافعا رأسه فترة من الوقت • كما يستطيع ان ينهض بجسمه قليلا اذا ما كان مستلقيا على صدره ويرفع رأسه وان يحرك اطرافه وهو مستلق على بطنه •

طعامه فى الشهر الثانى

وبدخول الطفل فى الشهر الثانى لا بد من ادخال نوعين جديدين على طعامه : عصير البرتقال وزيت مقو (زيت السمك) مثلا ••

ويجب اعطاؤه عصير البرتقال لانه يحتوى على فيتامين «ج» الذى يساعد على نمو الجسم ويتسويه ويجعله قادرا على مقاومة الميكروبات وفى البداية تعطيه نصف ملعقة شاى من العصير مذابة فى نصف ملعقة من الماء المغلى ويكون ذلك بعد تناوله الزيت فى الساعة الثامنة الى الساعة التاسعة صباحا ويلاحظ وجوب اعطائه العصير قبل الرضاعة بساعة أو نصف ساعة على الاقل • وتزداد كمية العصير يوميا حتى تصل بعد أسبوعين الى فنجان يوميا من البرتقال المذاب بكمية مماثلة فى الماء المطهر • ثم تنقص الماء حتى تعطيه فنجانا من العصير الصافى يوميا فى نهاية الشهر أو فنجانين ان قبل •

وحذار من تسخين عصير البرتقال أو الماء اذ أن الحرارة تقتل الفيتامين

الذى يحتوى عليه وفيه كل الفائدة • ولا مانع من أن تضيفى اليه بعضا من السكر اذا رفض الطفل شربه بدون سكر • واحيانا يرفض الطفل شرب العصير لان طعمه غريب عليه ولكن أحيانا يكون السبب أبعد من ذلك اذ يسبب العصير مغصا للطفل أو اسهالا أو طفحا على الجلد فاذا حصل اى شىء من هذا لا بد أن توقف الام اعطاءه العصير لعدة أيام أو أسبوع ثم تعاود اعطاءه فاذا تكررت هذه الاشياء فلا تعطيه عصير برتقال بتاتا وعوضيه عن ذلك بعصير الطماطم أو « الكريب فروت » أو الليمون • فاذا لم يوافقه أى عصير منها لا بد من عرض الطفل على طبيب •

ولا تنسى أن عصير البرتقال لا يمكن تعويضه بأى عصير آخر لكمية الفيتامين التى يحتوى عليه •

أما الزيت المقوى فيحتوى على فيتامين «ا» ويعطى للطفل لتقوية عظامه واسنانه فضلا عن تقوية صحته العمومية • ويعطى الطفل يوميا ١٥ نقطة زيت فى البداية تزداد حتى تصل الى ملعقة شاى كاملة • ويستحسن اعطاؤه الزيت قبل الحمام • واذا رفض الطفل شربه وصمم على هذا الرفض فلا ترغميه على أخذه اذ أن ذلك يؤذيه ويمكن تعويضه عن هذه الكمية بنقطتين من الزيت المركز من النادر أن يرفض الطفل أخذها •

وعلى العموم فحمامات الشمس تعوض الطفل فى هذا الشهر عن كمية الزيت اللازمة ويحفظ بزجاجة الزيت فى الثلاجة •

كمية اللبن

وتزداد كمية اللبن كلما كبر الطفل وبنسبة الزيادة فى الكمية التى ترضع للطفل يزداد اللبن فى ثدى الام وكما قلنا فى الشهر الاول لا بأس من مساعدته بلبن من الخارج وفى حالة عدم وجود لبن عند الام يأخذ مثل الكمية التى يرغبها وتشبعه من اللبن الخارجى

ويجب رمى اللبن المتبقى بالبزازة وعدم اعطائه للطفل مره اخرى بل يجب غسل البزازة بماء مغلى وتطهيرها قبل الرضاعة التالية

لا تنسى أن تعملى على أن يتجشأ طفلك بعد الاكل وقد يرجع بعض اللبن مع التجشؤ فلا خوف من ذلك فهذه كمية زائدة لم تتحملها معدته •

ويستحسن عدم اعطائه رضعة الساعة الثانية بعد منتصف الليل اذ غالبا ما يظل الطفل نائما طوال الليل فى الشهر الثانى ولكن ان بكى جوعا فلا بأس من استمرارك فى اعطائه رضعة الساعة ٢ صباحا

لا تطعمى طفلك كلما بكى فقد يبكى لسبب آخر واحرصى على مواعيد الغذاء ليتعود عليها •

استمرى فى اعطاء الطفل مثل الشهر الاول ماء مطهرا بين فترات الاكل وكلما صحا من النوم فى الصيف واذا رفض شربها اضيفى اليها ملعقة سكر •

فى الشهر الثانى عليك ياسيدتى أن تنزهى طفلك فى الهواء الطلق يوميا كلما كان الجو صحوا معتدلا والهواء لا يؤذى الطفل بل يفيده • ولكن اذا كان باردا فغطيه جيدا وغطى وجهه • والفسحة تفتح شهية الطفل وتزيده صحة •

طريقة حمام الشمس

وحمامات الشمس مفيدة ولازمة للطفل كلما سمح الطقس بذلك • اذ أن الاشعة البنفسجية تتخلل جسمه وتزيده قوة ومناعة ضد الامراض • عرضى فى اليوم الاول رجليه وفخذيه للشمس لمدة ثلاث دقائق • وفى اليوم الثانى عرضى نصفه الاسفل كله نفس المدة • وفى اليوم الثالث عرضى ذراعيه ونصفه الاسفل نفس المدة وفى اليوم الرابع عرضى كل جسمه من الامام ومن الظهر لمدة دقيقتين أو ثلاث • ثم زيدى الوقت دقيقة كل يوم • ولاحظى عدم تعرض وجهه الشمس وحذار من تركه يتطلع بعينيه للشمس بل يجب عليك حجبهم أثناء الحمام بأية مظلة •

حافظى دائما على جلد طفلك ونظفيه دائما واستعملى بودرة التلك • ويجب أن تغيرى له كلما وسخ نفسه • ولكن أثناء النوم ان بل نفسه لا توقظيه للغيار واتركيه حتى يصحو •

قلمى أظافره بمقص معقم صغير ولا تصدقى خرافة عدم قص أظافر الطفل فى هذا الشهر بل يجب تقليم أظافره كلما كبرت حتى لا يخدش نفسه •

ارفعى الحزام عنه اذا استقرت الصرة فى محلها • أما ان ظلت بارزة فى هذا الشهر فلا بأس من الاستمرار فى بقاء الحزام •

محادثة الصغير وملاعبته لا تضر به بل على العكس تبعث فيه الحياة ولكن لا تسمحى لنفسك ولا اصدقائك ولا لاى شخص فى أن يقبله سواء من يديه أو على وجهه اذ أن الكبار يحملون ميكروبات تؤذى الاطفال وتنتقل اليهم من طريق القبلات •• وكذلك عن النفس ••

لاحظى طفلك وهو نائم فقد يكون نفسه مكتوما من المخدة • واليك البرنامج اليومى فى الشهر الثانى لطفلك :

الساعة السادسة والنصف صباحا رضاعة لبن •

الساعة الثامنة والنصف صباحا زيت مقوى ثم عصير البرتقال •

الساعة التاسعة والنصف صباحا تمرينات رياضية ثم حمام •

الساعة العاشرة صباحا رضاعة لبن •

الساعة الثانية بعد الظهر رضاعة لبن •

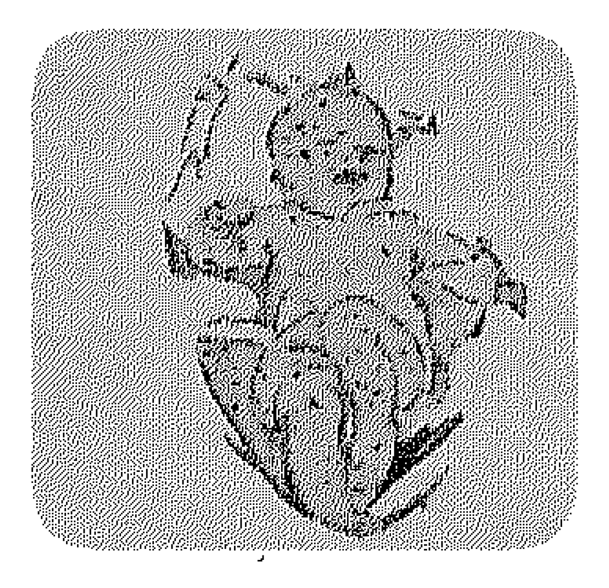
الساعة الخامسة و ٤٥ دقيقة ملاعبة الطفل ومداعبته وتغيير ملابسه للنوم •

الساعة السادسة بعد الظهر رضاعة لبن •

الساعة العاشرة مساء رضاعة لبن •

الساعة الثانية بعد منتصف الليل رضاعة ان رغب •

وبعد الاكل لا بد من أن تجشؤ ثم يستلقى قليلا على سريره أو فى عربته• والفسحة فى الصباح أحسن من بعد الظهر فى الجو المعتدل ولكن فى الصيف بعد الظهر أو مبكرا فى الصباح •



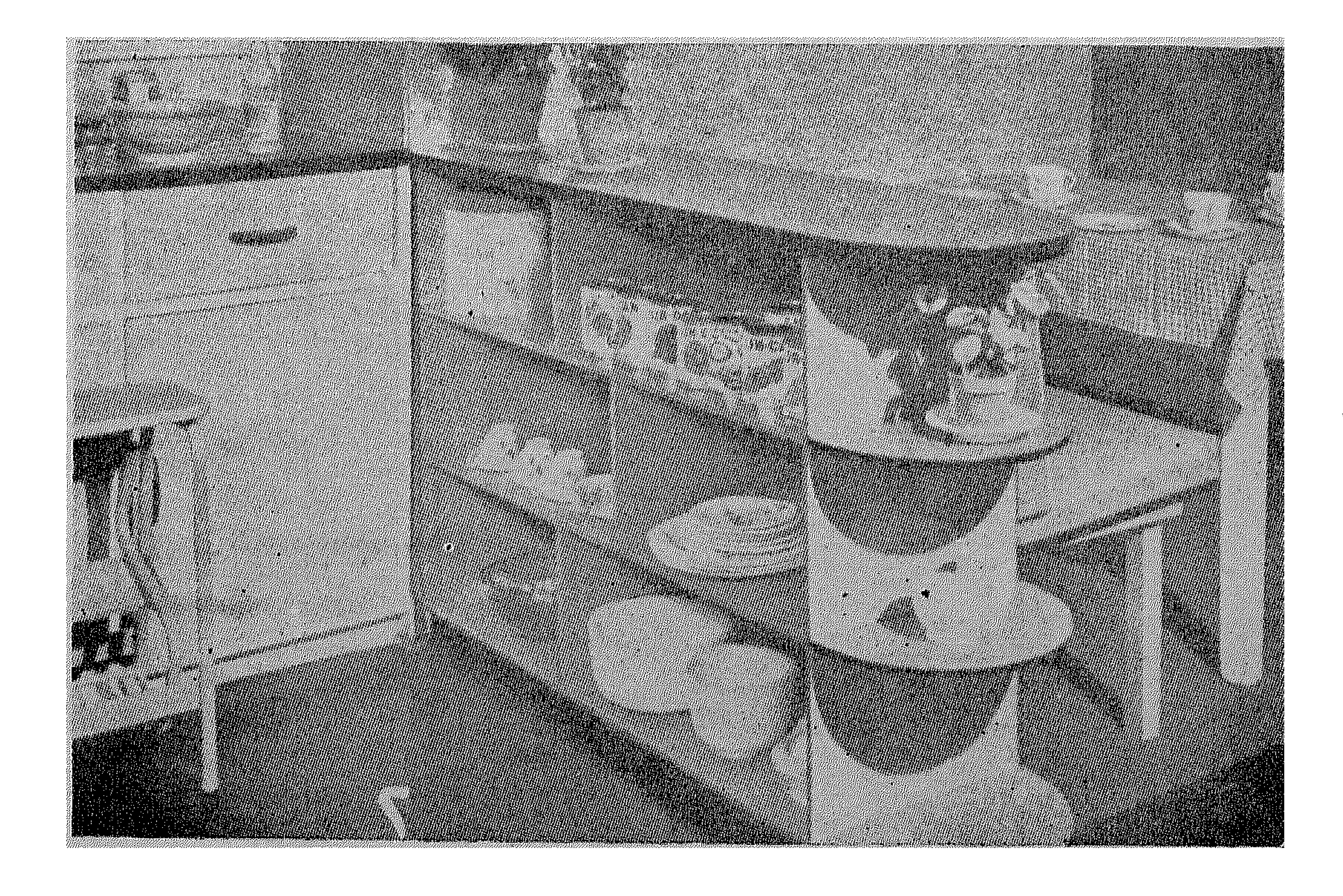
السفرة الحديثة في المطبخ

اننا في أزمة خدم وقد أصبح الطباخ يطلب عشرة أو خمسة عشر جنيها مرتبا «شهريا» والسفرجي من خمسة الى سبعة جنيهات ان لم يكن أكثر ، فلماذا لا نقوم على خدمة أنفسنا بأيدينا ؟ ..

ان الكثيرات منا ولله الحمد أصبحن يقمن بدور الطباخ والسفرجي في بيوتهن ..

اقتصدي من وقتك ومن المجهود الذي تبذلينه في هذه الاعمال ووفري غرفة السفرة .

اعملي ركنا في مطبخك يكون بمثابة غرفة للطعام لك ولأسرتك .



ضعي في المطبخ كنبة بجانب الحائط تستند الى رف جميل كالذي يبدو في الصورة لا يكلفك صنعه كثيرا بينما يضفي على المطبخ الاناقة والجمال وأمام الكنبة كنبة أخرى تتوسطهما ترابيزة ضعي عليها ان كان أفراد الاسرة كثيرين مفرشا رخيصا أنيقا وهذه العملية يمكن صنعها بأرخص التكاليف مع أناقتها الواضحة في الصورتين المنشورتين على هذه الصفحة رقم ١ ، ٢ .

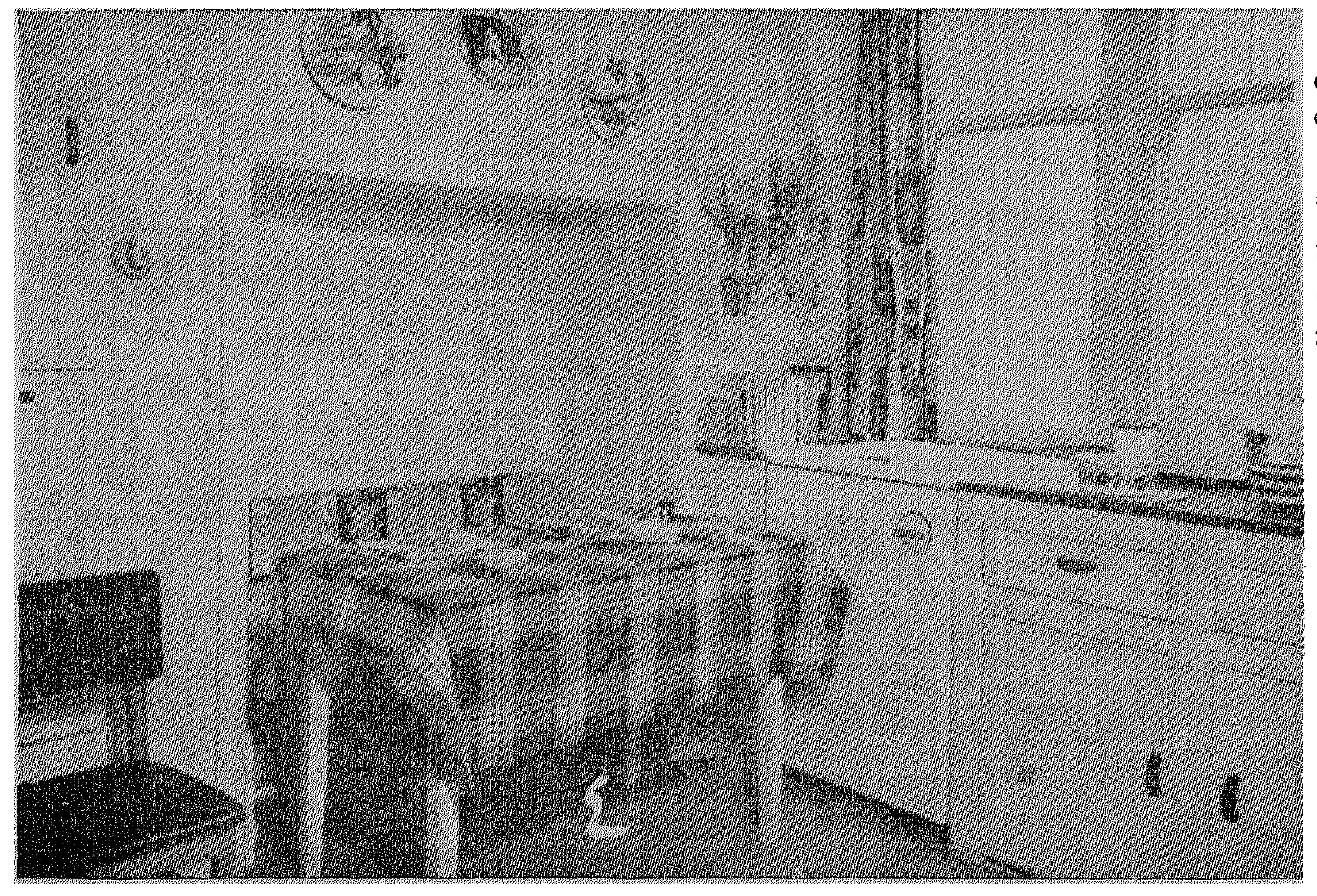
ضعى في المطبخ ترابيزة نظيفة مرتبة · وهذا يوفر عليك كثيرا من العناء اليومى ويحفظ لك باقى أجزاء المنزل وخاصة غرفة السفرة جديدة دائما مهيأة لاستقبال الضيوف ·

لقد جرت العادة فى أمريكا وأوروبا على أن تتناول الاسرة الطعام فى المطبخ ، وعلى أن يدعى الاصدقاء لتناوله معهم فى ركن المطبخ أيضا ·· واليك نماذج من هذه الاركان ليكون المطبخ معدا لتناول الطعام ·

انك بهذا يا سيدتى تصنعين من مطبخك حجرة سفرة أنيقة وفى الوقت ذاته تحافظين على مسكنك كل المحافظة ·

وفى المطابخ الفسيحة كما فى الصورة رقم ٣ يستحسن وضع الترابيزة فى الوسط وتوضع حولها الكراسى لجلوس الاسرة عليها كحجرة السفرة

وفى المطابخ المتوسطة يمكن أيضا وضع الترابيزة فى أحد أركان المطبخ كما فى الصورة رقم ٤



تضحيات مجلة بنت النيل من أجلك

٣٠ غسالة يدوية

تقدمها مجلة «بنت النيل» مجانا هدايا لقارئاتها بطريق الاقتراع



استعملت هذه الانسة غسالة « ووشبورد » الحديثة فارتاحت جدا لها وقالت لمندوبة « بنت النيل » ان الغسيل بها لا يستدعي وقتا كبيرا وانها لا تخشى على ملابسها من البلل أثناء الغسيل وترى فى الصورة وهى تشرح لاحدى صديقاتها طريقة الاستعمال بينما أعربت صديقتها عن ارتياحها التام للغسالة الجديدة التى تجعل الغسيل مسالة بسيطة ·

غسالة «ووشبورد» الحديثة

تحفظ ملابسك من التلف وباستعمالها تتبعين احدث الطرق لغسل الملابس دون عناء

١ – ضعى « الغسالة » فى وعاء به ماء ساخن بدرجة تطيقها اليد ·

٢ – استعملى صابونك المختار فى الغسيل كالمعتاد

٣ – خذى من الوعاء الثياب قطعة قطعة وافرشيه على اللوح الزجاجى المضلع فى الغسالة وادعكى الثياب عليه بيدك مفرودة حتى اذا نظفت القطعة التى تدعكينها دعكت قطعة اخرى من الثياب بنفس الطريقة وهكذا حتى ينظف جميعه

وهذه الطريقة تزيل الوساخات من الثياب بسهولة تامة مع سلامة الملابس من التقطيع الذى ينتج من الدعك باليدين · وبهذا توفرين وقتك ومجهودك وجمال يديك الذى يتلفه دعك الغسيل فان أى سيدة قد تضطرها الظروف فى بعض الاحيان لغسل بعض ثيابها بنفسها وهذه الطريقة الحديثة لغسل الملابس لا تتعبك مطلقا بل تحبب اليك أن تغسلى الملابس بنفسك بدون أى عناء ·

٤ – اشطفى الغسيل كالمعتاد الزهرة اذا كانت هذه عادتك واشطفى الغسيل أيضا بنفس الطريقة على اللوح الزجاجى المضلع فى الغسالة وانشريه بعد ذلك وستجدين فارقا كبيرا بين الغسيل بهذه الطريقة والغسيل باليد ·

كوبون «بنت النيل» للهدايا

إملئى هذا الكوبون بخط واضح وارسليه إلى ادارة مجلة بنت النيل
٤٨ شارع قصر النيل ت ٤٩٦٦٨ – ٤٠٦٨٤ القاهرة
آخر موعد لقبول الكوبونات يوم

الاسم : ....

العنوان : ....

للحصول على هذه الغسالة باثمان زهيدة اتصلى بمحلات «بودورمان»
٧ شارع سليم الأول ، حدائق القبة ت ٦٠٨٨٢



أسعد الازواج هو الذى تنظر اليه زوجته عند عودته للمنزل نفس النظرة الراضية التى تبدو عليها عندما تستقبل الاصدقاء .

✪

هناك نساء يحببن أزواجهن ويضطلعن بكل مسئولية عائلية بامانة واخلاص .. ومع ذلك فان أزواجهن غير سعداء لانهم لا يشعرون انهم محبوبون .

✪

قال ليونارد دى فنشى ((يبحث الرجل عن نفسه فى المرأة التى يحبها)) .

✪

يعجب الرجل كل الاعجاب باثواب النساء التى تكشف عن صدورهن وظهورهن بشرط الا تكون زوجته هى التى ترتديها .

✪

يقول البعض ان الرجل يحب المرأة التى تشابهه ويقول البعض الاخر ان الرجل يحب المرأة التى تشابه أمه . وتؤكد فئة ثالثة ان الرجل يحب المرأة التى تكمله وفى وسط هذه الاراء تحتار المرأة اى دور تمثله على الرجل للظفر بحبه .

✪

يعتقد أغلب النساء أن النجاح فى الحياة والفوز بالمعجبين لا يكون الا للمرأة الجميلة ولذلك فان النساء فى العالم ينفقن الملايين على زينتهن . والواقع ان لكل امرأة مهما بلغت من الوحاشة ناحية معينة تعجب رجلا معينا وتبعث الدفء فى قلبه . ألم تسمع ان الفيلسوف الكبير ديكارت كان يميل للمرأة الحولاء .

كانت مدام دى مينتنون التى تزوجت ملك فرنسا تقول دائما ((كل امالى فى الحياة هو أن أنال الاعجاب واحب واكون محبوبة))

✪

ان أردت الحصول على حب امرأة فاشعرها بحبك .. ليس هناك ما يضعف المرأة قدر شعورها بانها محبوبة على رأى المثل الفرنسى ((حب لتحب)) .

✪

اكتشف طبيب أن هدف الرجل فى الحياة هو المرأة فكان يأتى بالممرضات الجميلات ويقول لكل واحدة منهن ((أرجو أن تمرى من أمام سرير هذا المريض اذ ان شفاءه يتوقف على شعوره بأن هناك سببا يستدعى أن يعيش)) .

✪

عندما يكون الرجل سعيدا بصحة جيدة من العسير ايقاعه فى حب امرأة . ولكنه سرعان ما يحب اذا طرقت المرأة قلبه وهو حزين متعب لا يستطيع تجميع أفكاره .

✪

قد يكون صحيحا ما يقال عن الرجال أنهم أذكى من النساء ولكنا لم نر لليوم امرأة واحدة تلاحق رجلا برغم غبائه لان سيقانه جميلة

✪

كان فى الماضى لا بد أن يكون ثوب الزفاف أبيض لانه عنوان الطهارة والبراءة وصفاء النفس أما الان فقد كثرت أثواب الزفاف الملونة .

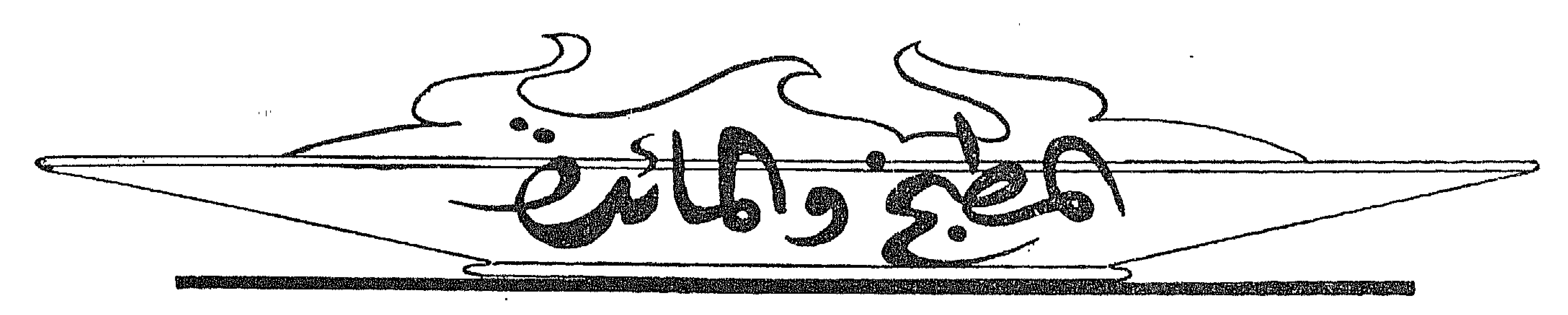
✪

يعد الزوج اختلاسه النظرات للنساء شيئا لا ضرر منه . ولكنه يرى فيمن ينظرون لزوجته لا أخلاق لهم وهؤلاء عادة هم أصدقاؤه ومعارفه أزواج النساء اللاتى يختلس منهن النظرات .

✪

يحاول كثيرون من الرجال الاحتفاظ بحب زوجاتهم عن طريق مغازلة نساء أخريات لاثارة غيرة الزوجة واهتمامها بأمره وتكون النتيجة فى البداية مرضية وفى النهاية كراهية الزوج الخائن .





السجق بالطماطم

المقادير :

رطل سجق طازج ، فلفلة كبيرة خضراء ، نصف رطل طماطم ، ملعقة حلو سمن ، فنجان شاى ماء ٠

الطريقة :

١ ــ قطعي السجق الى قطع صغيرة مناسبة ثم حمريه فى السمن تحميرا خفيفا ٠

٢ ــ قشرى الطماطم وقطعيها الى قطع صغيرة وكذلك قطعى الفلفل الاخضر ثم اضيفيها الى السجق المحمر ٠

٣ ــ تترك على النار الهادئة حتى تتسبك الطماطم ٠

٤ ــ اضيفى مقدار الماء ويترك حتى يغلى قليلا ٠

٥ ــ عند التقديم يفرغ فى صحن مزخرف بالمقدونس ويقدم ساخناً ٠

كفتة البطاطس البسيطة

المقادير :

نصف أقة بطاطس مسلوقة مهروسة جيدا ٠ ١ واحد بيضة ٠ ملح وفلفل ٠ بهار ٠ ربع رطل لحم مفروم عصاج ٠ قليل من المقدونس ٠ زيت للتحمير ٠

الطريقة :

١ ــ اسلقى البطاطس ثم أهرسيها بالطريقة المعتادة وأضيفى اليها البيض والملح والفلفل والبهار ٠ وتعجن جيدا ٠ حتى تتماسك ٠

٢ ــ عصجى اللحم ويترك حتى يبرد ٠

٣ ــ شكلى الكفتة على هيئة اصابع مع وضع قليل من العصاج فى وسط كل واحدة وتبرم جيدا ٠

٤ ــ حمريها فى الزيت الغزير المقدوح ثم انشليها على ورقة حتى تتخلص من الزيت الزائد ٠

٥ ــ قدميها فى طبق مسطح وتزخرف بالمقدونس وتقدم ساخنة ٠

قالب الأرز باللبن بالكستردة

المقادير :

رطل لبن ، كوب أرز ، سكر للتحلية ، ٣ بيضات ، فانيليا ، خشاف قراصيا أو مشمشية للزخرفة ٠

الطريقة :

١ ــ اسلقى الارز فى قليل من الماء حتى ينضج نصف نضج ٠

٢ ــ أضيفى اللبن وهدئى النار وتترك حتى يتم نضج الارز ثم أضيفى السكر الكافى للتحلية ٠



٣ ـ اضربى البيض ضربا خفيفا وأضيفى اليه الفانيليا .

٤ ـ ثم يضاف الى الارز باللبن بعد أن يبرد قليلا حتى لا يتجمد البيض ويقلب جيدا .

٥ ـ ادهنى قالب مخروم من الوسط بالسمن دهنا جيدا ثم صبى فيه الارز .

٦ ـ ضعى القالب فى صينية فيها ماء وتوضع فى فرن هادىء جدا حتى يحمر الوجه ويتماسك ثم ينزع من الفرن .

٧ ـ بعد ما يهدأ قليلا يقلب فى طبق بللورى مسطح واملئى فراغ القالب بوحدات القراصيا أو المشمش بعد نزع النواة وصبى قليل من الشراب حولها وتترك لتبرد فى الثلاجة ثم تقدم .

صينية القرع العسلى

المقادير :

أقة قرع عسلى ، رطل لبن ، سكر للتحلية ، مكسرات ملعقة شوربة كبيرة ملآنة دقيق ، ملعقة شوربة كبيرة ملآنة سمن ، فانيليا ، ثلاثة بيضات .

الطريقة :

١ ـ قشرى القرع وخرطيه الى قطع مناسبة ثم يغسل .

٢ ـ أضيفى له كمية من السكر السنترفيش تكفى للتحلية وارفعيه على نار هادئة جدا مع تقليبه من آن الى اخر حتى يذوب السكر وغطى الاناء ويترك على النار حتى ينضج القرع وينهرى ويتشرب جميع مائه . واذا نضج ولم يتشرب جميع مائه فيرفع من على النار ويوضع فى مصفاه ويترك حتى يبرد ويصفى الى الشراب الزائد ثم يهرس بالشوكة وأضيفى اليه المكسرات .

٣ ـ اعملى صلصة البشاميل بوضع السمن فى كزرولة على النار حتى يتحلل ثم أضيفى الدقيق ويقلب على نار هادئة مدة ٣ دقائق مع ملاحظة عدم تغيير اللون ثم يرفع من على النار .

٤ ـ صبى اللبن جزء بجزء مع التقليب السريع المستمر حتى لا يتكون كلاكيع حتى ينتهى مقدار اللبن .

٥ ـ اوضعى الصلصة على النار الهادئة مع التقليب المستمر حتى ينضج الدقيق ويغلظ قوامها لدرجة تكفى لتغطية ظهر الملعقة ثم ترفع من على النار وتترك لتهدأ مع تقليبها من حين الى اخر حتى لا يتكون لها سطح .

٦ ـ اضربى البيض ضربا خفيفا ويضاف الى الصلصة الدافئة مع التقليب ثم أضيفى الفانيليا .

٧ ـ ادهنى الصينية دهنا جيدا بالسمن القاع والجوانب ثم رشيها بالبقسماط المدقوق .

٨ ـ صبى فيها القرع المهروس المخلوط بالمكسرات ويفرد فى الصينية ثم صبى فوقها صلصة البشاميل حتى يغطى السطح ثم رشى قليلا من البقسماط عليها .

٩ ـ توضع فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

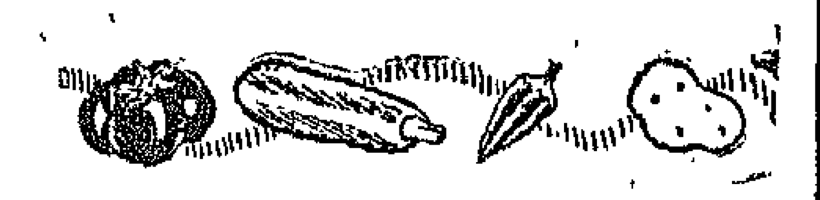
١٠ ـ تقدم كما هى فى الصينية أو تقلب ثانيا لتكون طبقة البشاميل هى الظاهرة وليست طبق القرع .

طعامك فى اكتوبر



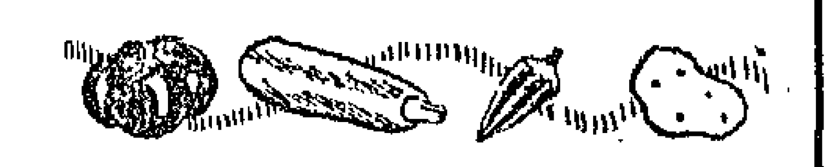
الاثنين أول اكتوبر

فاصوليا خضراء مكمورة ـ أرز مفلفل ـ مخلل ـ فاكهة .



الثلاثاء ٢

فراخ محمرة ـ ملوخية خضراء ـ أرزمفلفل ـ دمعة ـ فاكهة .



الاربعاء ٣

فاصوليا جافة مكمورة بدون لحم ـ أرز مفلفل ـ سلطة خضار ـ فاكهة .



الخميس ٤

مسقعة باذنجان ـ أرز مفلفل ـ مخلل ـ فاكهة .



الجمعة ٥

كفتة لحم بالدمعة ـ طبق محاشى منوعة ـ سلطةزبادى ـ فاكهة .



السبت ٦

باميا مكمورة ـ أرز مفلفل ـ سلطة خضار ـ فاكهة .

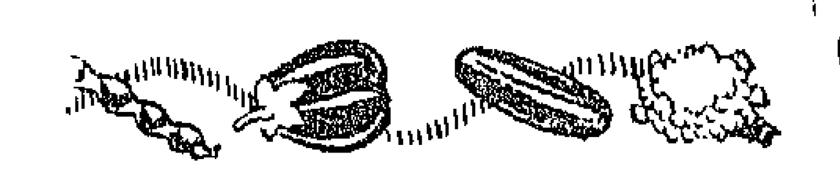


الاحد ٧

صينية مكرونة بالعصاج والبشاميل ـ كوسة مكمورة سلطة خضار ـ فاكهة

الاثنين ٨

طعمية ـ باذنجان مقلى ـ سلطة زبادى ـ أرز باللبن بالبيض .



الثلاثاء ٩

ترلى ـ أرز مفلفل ـ سلطة خضار ـ فاكهة .



الاربعاء ١٠

كفتة البطاطس البسيطة ـ رجلة مكمورة ـ سلطةخضار ـ فاكهة .



الخميس ١١

لوبيا خضراء مكمورة ـ أرز مفلفل ـ مخلل ـ صينية القرع العسلى .



الجمعة ١٢

السجق بالطماطم ـ أرزمفلفل بامية وبكة ـ فاكهة



السبت ١٣

بطاطس مكمورة بدون لحم ـ مكرونة اسباجتى ـ سلطة خضار ـ فاكهة .



الاحد ١٤

صينية باذنجان بالبشامل ـ أرز مفلفل ـ سلطة خضار ـ فاكهة .



الاثنين ١٥

سمك مقلى ـ سمك كزبريه ـ فجل وجرجير طازج ـ فاكهة .

السينما المصرية

الوقت الذى نقسو فيه على الفنانين عندنا .. سواء أكانوا من الممثلين والممثلات أم من المخرجين .. فى الوقت الذى نقسو فيه كذلك على المنتجين فى بلادنا .. ونقول أنهم يوجهون سياسة الافلام المصرية وجهة الايراد .. مثلما قلنا من قبل عن كثير من المخرجين انهم يعملون ناقصى الخبرة والمؤهلات ويقعدون عن محاولة التعلم والتحصيل الفنى السليم .. !

ومثلما قلنا أيضا عن الممثلين والممثلات عندنا .. انهم يتكلفون ويتصنعون فى أدوارهم .. حتى يبدو تمثيلهم بعيدا عن الحقيقة والحياة .. !

امكانياتنا الفنية .. !

فى هذا الوقت توجد همسة يلزم أن تقال فى اذن المسئولين عن صناعة السينما فى البلاد .. هى موضوع استديوهاتنا المصرية التى لا تكفل من ناحية معداتها سلامة الانتاج السينمائى الرفيع ..!

هذا هو الموضوع الاول الذى يلزم أن يتنبه اليه المسئولون عن نهضة السينما المصرية ..!

انها أيضا مسألة الامكانيات الفنية الكاملة الحديثة .. التى يلزم أن تتوافر للعمل الفنى السليم .. حتى يمكن أن يكون



انتاجنا عملا متكاملا صحيحا .. يستطيع أن يقف على قدميه .. وان يقارن بالاعمال الفنية الاجنبية التى نقيسه بها الآن .. ونحن فى النصف الثانى من القرن العشرين !!

الطابع القومى ..

لقد استطاعت بعض الدول الشرقية بامكانياتها الفنية الكاملة .. أن تثب بأفلامها القومية وثبات سريعة سبقت بها الفيلم المصرى وخصوصا من ناحية الطابع القومى الذى يظهر به" الفيلم .. !

هل للفيلم المصرى طابع قومى مميز معروف على الاقل من قصتنا المصرية الخالصة أو من موسيقانا !؟

الجواب .. لقد بليت مجموعة «السيناريوهات» التى « تلطش » بالحرف الواحد .. وتنقل نقل مسطرة حتى فى موسيقاها واخراجها من « سيناريوهات » الافلام الاجنبية « الخالصة » .. والتى تجعل من هذه الافلام غريبة المظهر والمشاعر والاحاسيس ..؟

أزمة السينما المصرية ..

والسبب أن المتخصصين فى كتابة القصة السينمائية قليلون وان الذين درسوا كتابة السيناريو السينمائى قليلون وان المخرجين الذين يستحقون هذا اللقب قليلون أيضا ..!

وأهم من ذلك .. يجب أن تتطور عقليات منتجينا .. وان يدركوا ان الاتقان والبذل يؤديان الى النجاح المحقق ..

ولن تتقدم السينما المصرية الا اذا غرسنا فيها بذرة طيبة واتينا بالخبراء للتدريس فى معهد السينما الذى هو ضرورة للتطور بصناعتنا .. ثم ارسال البعثات الى الخارج

لقد آن للمسئولين أن يدركوا أسباب تخلف السينما المصرية .. وان يوجهوا عنايتهم الخالصة بالوسائل الفعالة لانقاذ هذه الصناعة الكبرى من الانهيار ..!

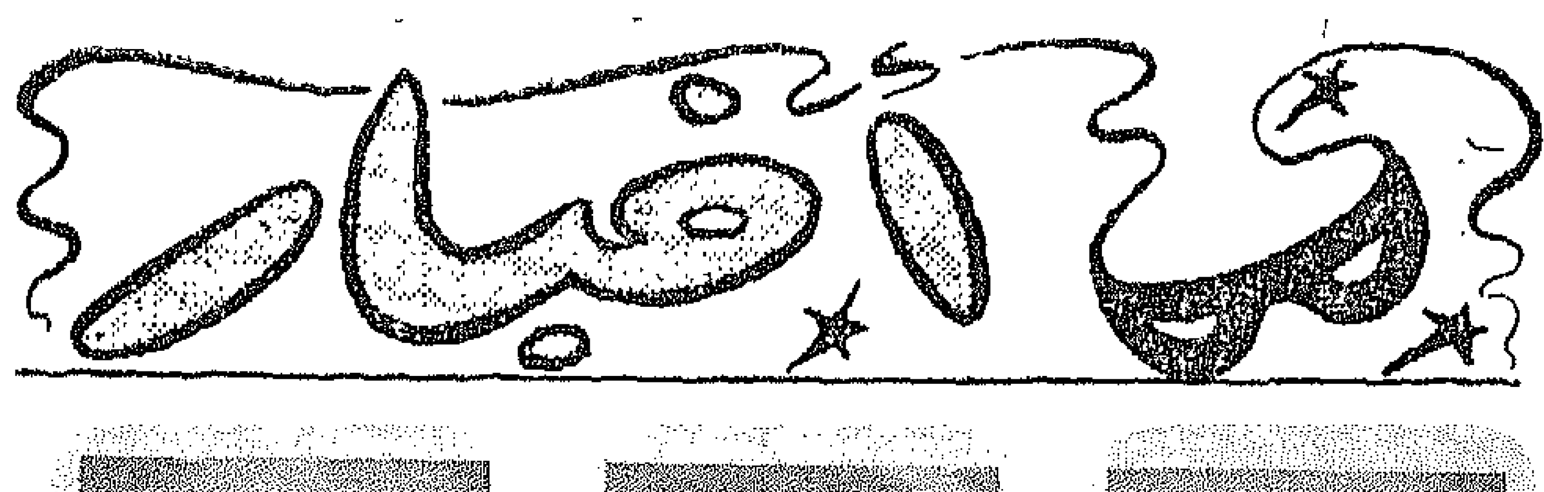
وكلمة أخيرة ..

نرجو مخلصين ان يكون لدينا فى القريب العاجل استديوهات صالحة تساير التطور السينمائى فى انحاء العالم وفنيون بما تحمله هذه الكلمة من معان لانتاج الفيلم المصرى الصميم .. بهذا تتقدم صناعة السينما المصرية .. وتصل الى ما نصبو اليه جميعا من كمال منشود ..

« **القناع الاحمر** »



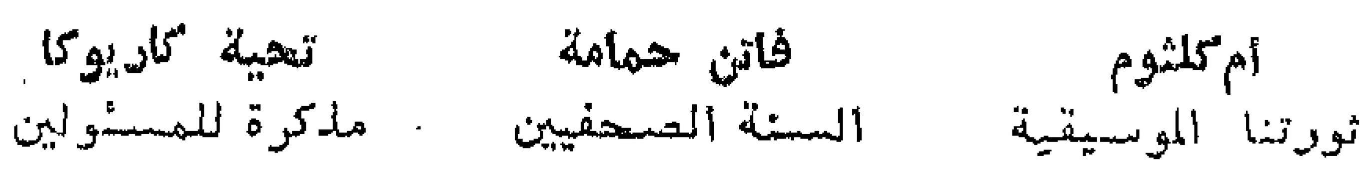






يحيى حقى





أم كلثوم — ثورتنا الموسيقية
فاتن حمامة — السنة الصحفيين
تحية كاريوكا — مذكرة للمسئولين

◆ نقل المجمع اللغوى الى دار جديدة بعد أن تقرر هدم داره القديمة واقامة عمارة جديدة مكانها تتألف من ٢٠ دورا .

وبهذه المناسبة نذكر ان ميزانية المجمع اللغوى فى العام ٢٤ الف و٧٠٠ جنيه وانه قد مر الان على انشائه ٢٥ سنة تقريبا وما زال المجمع فى حيرة فى وضع اسماء عربية لبعض المستحدثات الجديدة مثل « التيلفزيون والروزبيف والبيك آب والمكرونة الازبكتى والبطاطس البروديه والاسكلوب والبامية البروانى وهذا عدا أصناف الحلويات والمشروبات » .

وقد استبطأ البعض أعمال المجمع فأذاع أن المجمع سمى « الصاندويتش » شاطر ومشطور وبينهما طازج .

وقد نفى أمين المجمع بشدة هذه الفرية وقال ان المجمع يواصل عمله لوضع اسم جديد للصاندويتش غير ذلك الكلام الفارغ .

ولما سأله مندوبنا عن اذاعة هذا الاسم أكد أن المجمع يواصل اجتماعاته من أجل ذلك وغيره .

◆ تحتفل محطة الاذاعة المصرية فى هذا الشهر بذكرى المرحوم أمير الشعراء أحمد شوقى بك اذ انها الجهة الوحيدة التى تهتم بذكرى هذا الشاعر العظيم أما الهيئات الادبية فقد نسيت ذكراه وان كان شوقى ليس بحاجة الى من يحيى ذكراه ، فقد خلده شعره على الزمن ولعله كان يتوقع أن ينساه الناس بعد مماته فأكد انه ليس بحاجة الى ذكرهم له لان شعره قد ضمن له الخلود فقال :
ان شعرى درجات الخالدين

◆ يعكف الان الشاعر العاطفى الرقيق والكاتب الصحفى الاستاذ احمد العزالى على اعداد الجزء الثانى فى دراسته الواسعة للشاعر العباسى « أبو نواس » .

◆ اشترى الاستاذ توفيق الحكيم عصا من ايطاليا وهو مغرم بحمل العصى ونسيانها فى كل مكان ومن يدرى قربما تكون العصا الجديدة قد ضاعت أيضا .

◆ **قالت فاتن حمامة أثناء تصويرها فيلمها الاخير .. انها لا تخاف النوم وحدها فى منزلها لانها لا تخشى اللصوص .. ولكنها ترتجف من الثعابين والسنة الصحفيين .. !**

◆ استمعت الى أم كلثوم فى منزلها وهى تحفظ لحنا جديدا لمحمد الموجى أحالت به سكون الليل .. الى نشوة الحياة ..

ان هذا اللحن .. يمتاز بالتجديد .. ولا شك أن كل لحن مبتكر يضفى على ثورتنا الموسيقية لونا جديدا من التجديد ..

◆ **تحتفل الاذاعة المصرية هذا الشهر بذكرى امير الشعراء احمد شوقى .. فتقدم بعض مشاهد من مسرحية « مجنون ليلى » وتغنى ام كلثوم بعض مقطوعاته الخالدة ..**

◆ وصل عبد السلام الشريف مدير الانتاج الفنى بوزارة التربية والتعليم الى الصين الشعبية لتنظيم اول معرض مصرى للفنون الجميلة فى بكين .

◆ **يعود يوسف وهبى واسرته من الاسبوع القادم من سويسرا بعد استشفائه فى « افيان » والمنتظر أن لا يعود الى المسرح هذا العام ويكتفى بالعمل فى السينما ..**

الفولكلور المصرى ونشر غسيلنا فى الصين

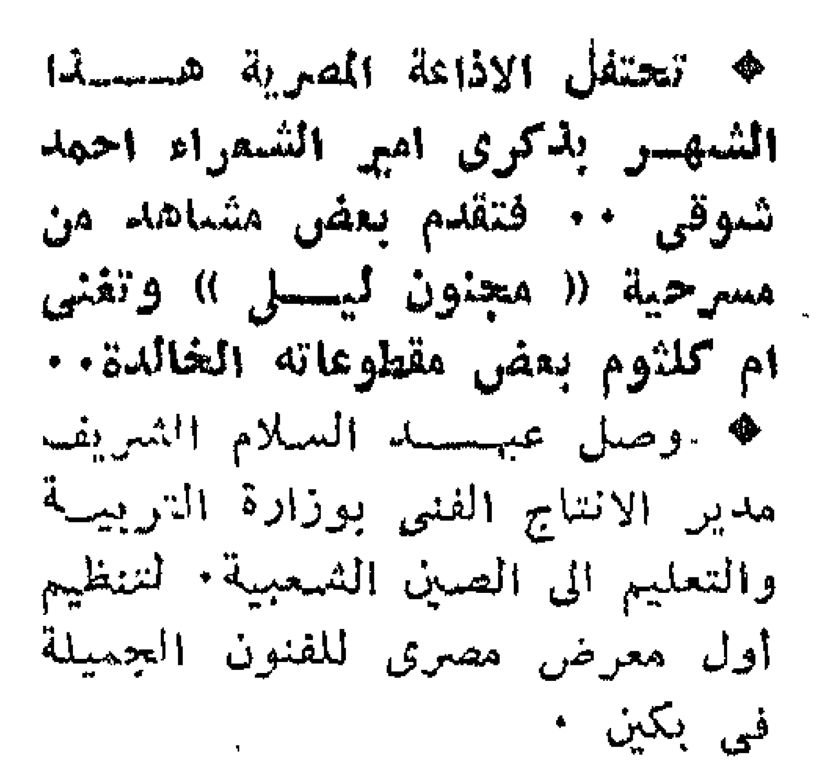
جميل أن نخلق الفن الشعبى .. واجمل منه أن نعرض مصر فى الصين الشعبية نموذجا حيا لما وصل اليه فننا الرفيع .. شاهدت « بروفات » مجموعة متنافرة من المشتركين فى الفرقة الاستعراضية التى ستعرض فننا الشعبى هناك .. انهم يحاولون تجربة خلق هذا اللون الجديد منذ أسابيع .. والنتيجة ليست سوى تجربة أولية .. فكيف نعرض تجاربنا الاولية فى فن جديد علينا .. على أمم عريقة فى هذا الفن ..؟!

◆ ثارت تحية كاريوكا واستبدت بها الغيرة الفنية على سمعة مصر .. فاعدت مذكرة للمسئولين بشأن الفرقة الاستعراضية المسافرة الى الصين الشعبية .. والتى لا يمكن بتكوينها الحالى أن تمثل الفن المصرى فى خارج البلاد .. !

◆ **انتهى موسم الصيف .. وبدأت الفرق تستعد لموسم الشتاء .. فتجرى الآن فرق الريحانى واسماعيل يس والفرقة المصرية البروفات على مسرحيات جديدة لموسم هذا العام الذى ينتظر أن يفتتح خلال هذا الشهر .**

◆ قالت بريجيني سوتا .. راقصة الاكروبات الاولى بفرقة أوبرا ليبزج بالمانيا الديمقراطية .. والتى زارت مصر فى العام الماضى حيث تعلمت اللغة العربية .. ان أجمل أمانيها أن تعيش فى مصر الى الابد .

◆ **أثناء تصوير فيلم « الحرب والسلام » .. كان ممثل دور « نابليون بونابرت » قد اندمج فى شخصية الامبراطور الفرنسى .. فاقتربت منه صوفية لورين وقالت « اننى معترضة على منظر خصلة الامبراطور .. ! » ووافق المخرج على تعديل رأس الامبراطور .**





ملاك .. فى الدير .. للمصور صبرى راغب



أزمة المسرح المصرى

المسرح المصرى اليوم ..كمريض تعدد أطباؤه وحارت لجانه .. تجتمع وتنفض .. دون مداواته .. ؟ الروشتة واحدة .. والعلاج حاسم .. وضعناه وكتبناه .. حتى جفت اقلامنا ..!!

« ى.ف »

هذه مرة جديدة نقف فيها على أبواب موسم مسرحى جديد ، لنحاسب أنفسنا عما فعلناه فى موسمنا الماضى والمواسم التى مرت، وعما اعتزمنا فعله فى الموسم الجديد ..

ان القصة معادة لا تغيير فيها.. والصورة التى ألفناها فى بداية كل موسم منذ أكثر من عشرين عاما ..تعود الينا الان..فلا نحن فعلنا شيئا فى الموسم المنقضى يستحق التسجيل .. ولا نحن أعددنا شيئا للموسم الجديد ..

وقد يرجع هذا الركود الفنى الى المسرحيات التى تجود بها قرائح بعض الكتاب .. والتى تجد طريقها الى خشبة المسرح المصرى ، ويشمل ذلك المترجم منها .. أما المسرحيات المؤلفة .. فكثيرا ما تنقصها الفكرة والنظرة الصائبة فى كشف خبايا الطبيعة البشرية .. هذا اذا كان يقصد بها ان تكون انتاجا فنيا خالصا .. أما استخدام القصة التمثيلية لتأييد نزعة اجتماعية خاصة ... فهذا مما لم يحاوله كتابنا بعد .. أو مما لم يصيبوا فيه حظا كبيرا من النجاح ..

ولسنا من المتشائمين اذا قلنا بأننا بعد جهاد استغرق اكثر من ربع قرن فى التأليف المسرحى .. وربما فى التمثيل والاخراج ، لم نضع بعد الدعائم لنهضة فنية صحيحة .. أو لغرس تقاليد مسرحية عريقة .. فهل أصيبت مواهبنا بالعقم والخمود .. أم أن استعداداتنا النفسية لا تتفق والروح الفنية ؟؟

لقد عالجنا الموقف منذ اشتدت مزاحمة السينما والافلام .. وهى قيام الدولة بتشجيع الادب والفنون .. وأظن ان الطريقة التى انتهت اليها الحكومة عندنا فى انهاض الفن المسرحى قد أتت بعكس المقصود منها.. منذ دخل الممثلون والفنانون فى عداد الموظفين الذين يتقاضون مرتباتهم فى أول كل شهر.. سواء عملوا ام لم يعملوا..وسواء أجادوا أم لم يجيدوا.. وشتان بين العمل الآلى الرتيب .. والاداء الاصيل الذى ينهض به الفنانون ..

لم لا نعود الى المنافسة ؟ .. ولم لا تتيح الفرصة لتكوين الفرق التمثيلية المتنافسة .. لتقدم لنا الجديد ولتأت لنا بالجيد..

أما ما تنفقه الحكومة فيحسن ان يقدم كاعانات للفرق التى تعمل .. توزع بينها هذه الاعانات بقدر جهدها وطبقا لاهلية أفرادهم وامتيازهم .. وللحكومة ان تضع لهذه الاعانات من الشروط والقواعد ما تراه .

.. وفيما يتعلق بعدد المسرحيات الجديدة فى كل موسم .. وتحديد مستواها من حيث التأليف أو الترجمة والاخراج .. لنكون فنا رفيعا يسمو بالفكر والذوق .. لا فنا رخيصا .. يأنف المرء مشاهدته ..

أما الكثرة الغالبة من جمهورنا فاخلاط ليست لها ثقافة فنية صادقة .. وقد اجتمعت عرضا لمجرد التسلية .. وقلما تنظر الى الفن على أنه متعة تغذى العقل والشعور معا .. وقد نادينا كثيرا بأن نظمنا التعليمية يمكن ان تمهد لثقافة فنية بين الطبقات المتعلمة.. ولا نستطيع ان نزعم ان المسرح الجامعى أو المدرسى فى معاهدنا قد حقق لنا ما نصبو اليه .. وهو اعداد جمهور فنى .. يقدر المسرح ..

وعندنا ان المجالس البلدية فى الاقاليم يمكن ان تساهم فى خلق نهضة مسرحية .. بانشاء دور المسارح فى مختلف المديريات .. وتزويدها بما يلزمها من احدث المعدات الفنية ..

ويلاحظ على مسارحنا القليلة انها غير صالحة .. اطلاقا ليست موضعا لرعايتنا واهتمامنا .. فالمعدات عتيقة والمناظر منفرة .. والملابس بالية .. والاخراج لا يتفق والعصر الذى نعيش فيه .. والاصلاح لا يكون الا باعداد مسارح لائقة .. نصيب العاصمة منها كبير .

لنفتح بابا جديدا للمسرحيات الغنائية « الاوبرا والاوبريت » بأن نعمد فى تلحين اشعارها تلحينا وصفيا يتفق مع معانى هذه الاشعار ولا ينهض بهذا العمل الا المساهد الموسيقية .

واذا كنا قد أشرنا الى تعديل الطريقة التى تشجع بها الحكومة الفن المسرحى .. فانا نهيب بها أيضا أن تزيد من الاعانات التى تقررها للفرق المختلفة .. فان الحكومة فى حاجة الى الاستعانة بهذا الفن الجميل .. فى توضيح اهدافها الاجتماعية والثقافية التى يجب ان يحسب المؤلفون لاتجاهاتها وتقاليدها حسابا .. حتى تستطيع مصر ان تقوم بواجبها فى النهضة المسرحية .

بهذا نستطيع ان ناخذ بيد الفن من ركوده .. وننهض به من سباته .. ونخلق لادبنا مسرحا مصريا جديدا ..

« ى . فهمى »

مديحة يسرى

السمراء ذات العينين السوداوين .. والشعر الاسود .. استطاعت فى بدء حياتها وفى لقطة واحدة على الشاشة .. أن تصعد الى برج الكواكب والنجوم .. !!





عشر سنوات مضت قضيناها فى أسعد أوقات الحب الطاهر الذى لم أكن افهمه قبل ان أعرفه ولم اكن اتجاوز السابعة عشرة فى ذلك الوقت وهو ما زال تلميذا وطلبت منه أن يكمل دراسته وهو للان لم يحصل على شهادة التوجيهية و اخيرا طلبنى وتم عقدقراننا برغم ارادة والدته مع انها قريبة لى واذا بى أفاجأ بعد ذلك أنه يحب خادمته لدرجة انه يتجاهلنى أمامها حتى لا تغير وقد اعتدت على اخيرا فلم يتحرك من مكانه .. اننى حائرة أين ذهب كل الحب والاخلاص الذى كان يبديه لى .. وقد طلبت منه طردها فأبى .

ب . هـ

من قراء بنت النيل

* * *

بنت النيل : يبدو انه لم يكن هناك حب واخلاص من ناحيته بل تمثيل والا ما معنى هذا الفعل المشين وقد يحدث أحيانا من بعض الشبان مثل ذلك ممن ليسوا مخطوبين ويمثلون دور الحب منذ عشر سنوات .

ان خطيبك يبدو شابا مستهترا لا يعرف معنى الواجب والمسئولية فهو للان لم يحصـل عـلى التوجيهى ، وهذا اكبر دليل على استهتاره وعدم محبتك لان المحب يدرس ليلا ونهارا حتى يستطيع الزواج بمن يحبها . فلا تنساقى وراء خيالك وتضعفى لعاطفتك انك فتاة ناضجة فى السابعة والعشرين من عمرها ويجب ان تكونى قوية الارادة وتتركى هذا العريس مهما بلغ حبه لك ولا تنتظرى ان يرجع عن مسلكه الشائن هذا بعد الزواج .

واذا رفض قبل الزواج أن يطرد هذه الخادمة بناء على طلبك فماذا تنتظرين منه بعد الزواج ؟ من الخير ان تنفصلا من الان فهو لن يكون زوجا صالحا وسينتهى الامر بكما الى الطلاق وخاصـة أن والدته لا ترغب فيك وسوف تشجعه على اساءة معاملتك .. كونى قـوية الارادة . اطمئنى .

ابى من الدقة القديمة . احتجزنى فى البيت وانا عمرى ١٣ سنة ، واصبحت سجينة من يومهـا فى المنزل . من زمن وانا مخطوبة لابن عمى وكلما فاتح عمى والدى لعقد القران رفض قائلا السنة الجـاية وتدخلت والدتى دون جدوى فهدد ابن عمى بالانتحار اذا لم يعقـد قراننا .

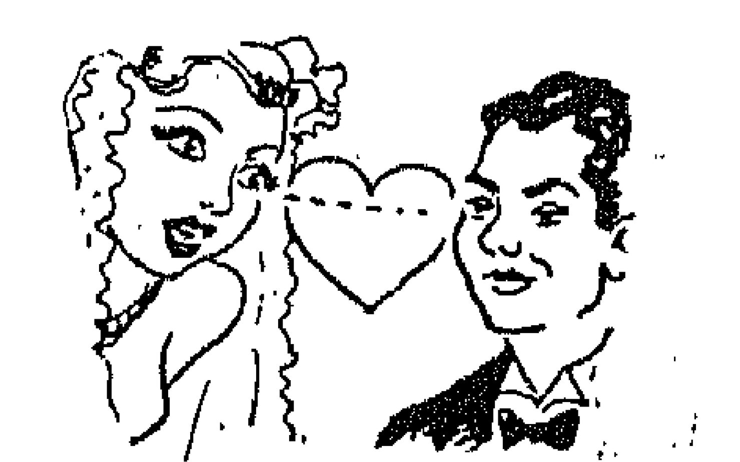
ليس لعمى أية شخصية فهـو يسمع كلام والدى ولا يعمل شيئا دون رأيه .. قرر والدى ان الكتاب سيكون بعد رمضان القـادم وانا خائفة أحسن يرجع ثانى فى كلامه واتعذب لاننى ممنوعة من أن أجلس مع أى أحد او اخـرج .. فمتى سيفرج عنى ؟.

معذبة بريئة

و . ف . ع الصعيد

بنت النيل : يبدو انك ما زلت صغيرة السن ولذلك يرفض والدك أن يكتب الكتاب والزفاف الان وهو على حق في ذلك ويعرف مصلحتـك فى هذا الامر ان كنت فعلا صغـيرة أى اقل من ١٨ سنة ، ولكن اطلبى منه أن يسمح لك بمقابلة أقاربك والجلوس معهم وخطيبك منهم فى المنزل فهذا ليس بعيب وقد جرت العادة على ذلك منذ القدم .

ومهما كان والدك دقة قديمـة لازم يسمح لك بذلك حتى تألفى عشرة ابن عمك وزوج المستقبـل وان كنت تخجلين من مفاتحتـه فلتفعل ذلك والدتك أو عمك .



ولماذا لا تكتبون الكتـاب دون زفاف الان ليتمكن خطيبتـك من مجالستك والتفاهم معك فلا تشعرى بالضيق الذي تشعرين به الان . على العموم المسألة هانت وان شاء الله لن يخلف والدك وعده هذه المرة وان خالفه يستحسن ان يقف عمك وخطيبك فى وجهه وقفة رجـال ويصمموا على عقد القران اذ لا داعى لعذابك وعذاب ابن عمـك المحب لدرجة الانتحار بلاش انتحار وليواجه عمه واباه باصرار على عقد القران وطبعا والدتك لا بد ان تكون العون الاول لك فى هذا الموقف وتفهم والدك بالسياسة انه من الاسـلم زواجك ليسعد الجميع ان شاء الله .

انتظار الحبيب

أنا فتاة فى العشرين من عمرى الان ومدرسة أحببت شابا منـذ الصغر كان يتردد علينا لانه صاحب أخى .. وكنت اراسله ويراسلنى .. فاذا بخطاب منه يقع بيد اخى الكبير فمنعه من الحضور عندنا .. وبعد الحاح ومن شدة حبى له قابلته فى الخارج واذا بوالدى يفاجئنى معه فضربنى ضربا مبرحا عند عودتى للمنزل وحكم على بعـدم خروجى وحدى مطلقا .. وضاقت الدنيا فى وجهى لاننى مشتاقة جدا لرؤيته اذ اننى أشعر ان مصيرى مرتبط به ولا يمكن ان احب شخصا اخر .. ولذلك أرفض كل العرسان الذين تقدموا الى متعللة بأسباب شتى .

ان الشخص الذى احبه يكلمنى دائما بأمانى المستقبل والحيـاة الزوجية السعيدة التى سنحياهـا وكلما طلبت منه أن يتقدم يقول ان مرتبه غير كاف ويخشى أن يرفضه أهلى ولا يقبل ان استمر فى العمل بعد الزواج لمعاونته مع اننى أرى سعادتى فى ذلك .. واخيرا تقدم لى شاب قريبى وعلى وشك أن يحضر الشبكة واخبرت حبيبى فطلب منى أن اترك له الامر ليفكر فيه .. والان وقد اصبحت حبيسة لا يمكننى مقابلته فماذا أفعل ؟

البائسة

ن . ز . س

بنت النيل : ارسلى اليه خطابا اسأليه رايا نهائيا فى الموضوع .. وليس عيبا ان تعملى وتعاونيه .. ولا داعى لان يتمسك بأفكاره الرجعية باحجامه عن طلب يدك لضآلة مرتبه وخاصة ان هذا المرتب ربما لا يصل للقدر الذى يسمح له فيه أن يتحمل كافة النفقات وحده الا بعد سنين فهل سيتزوج وهو فى الاربعين أو الخمسين من عمره أو تقضيـان حياتكما معذبين أفضل من معاونته فى العمل ؟ لقد مضى هذا العهـد واصبحت السيدة تعمل فى كـل مكان الى جانب زوجها . فاذا تمسك بموقفه أرى من المستحسن قبـول الزواج من قريبك .. ولا تهدمى حياتك وتقضى شبابك فى انتظـار أماله واغلب الظن ان هذا السبب هو حجة لان الشاب اذا ما أحب فتاة ونظر اليها نظرة زوجة المستقبل كان شعوره نحو عملها الان هـو نفس شعوره بعد الزواج فالحبيب الحقيقى يغار اكثر من الزوج عـلى حبيبته واكرم له ولك أن تكونى زوجته وتعملى لمعاونته على أن تقابليه سرا وباخفاء الامر عن أهلك وأنت فى خجل من موقفك لعدم ارتباطك به بأية رابطة رسمية مقبولة .. وان اهلك على حق فى منعك من مقابلة شخص غريب عنك كعامة الناس وانت فى سن الزواج فاحرصى على سمعتك وتزوجى قريبك اذا رفض عرضك عليه ثانية .. أما اذا قبل فتزوجيه ولو ان فى ذلك تضحيـة من الناحية المالية .



ضحية ..؟

تلقت محررة هذا الباب خطابا فى غاية الفظاعة لا تستطيـع نشر تفاصيله وانما تشير الى مشكلـة صاحبته فيما يلى :

كنت فى الرابعة عشرة من عمرى .. نعم فى الرابعة عشرة حينمـا فتحت عينى فوجدت والدى يمثـل معى دور الحبيب الولهان وكنت اظن أن هذا عطف زائد منه ولكن مـع الاسف الشديد كان الامر على عكس ذلك تماما حتى تطور الامر الى ما هو أخطر من هذا .. وتنتابنى حالات عصبية ونفسـية .. وأرغب فى الزواج من أى رجل لينقذنى مـن شدة ما أعانيه .

س . ع

بنت النيل : مأساتك تقشعر لها الابدان .. ولكن لماذا سكت حتى الان .. ولم تبلغى والدتك من أول الامر لتضع حدا فاصلا فى هذه المشكلة ..

عليك الان أن لا تتركى نفسك فريسة للتفكير وعليك أن تشغلى وقتك بالقراءة او الاشغال اليدوية واستعينى بالصلاة لتنسى هذه النزوات .. وبارادتك تستطيعين مقاومة الرغبة الجامحة التى تعانيها وتشكين منها .. اقرئى كثيرا وخاصة فى الكتب الدينية التى تقربك الى الله .. فهذا خير علاج

لا يأس مع الحياة ..

اشكرك على ردك السابق فقد أعدت الى الامل فى الحياة بعد ان صممت على الانتحار بسبب فقد عينى .. واريد الان معرفة عنوان الدكتور على مرتضى .. وهل هو من أطباء القاهرة او الاسكندرية .

خ. م. ع بالاسكندرية

بنت النيل : يبدو من خطابك ان حالتك النفسية قد تحسنت بعض الشيء ولكن ليس للدرجة المرجوة .. وتركيب العين الصناعية يقضى على كلام الناس الذى يؤثر فيك هذا التأثير العميق .. وقد تقدم الطب فى هذا المجال لدرجة أن العين البلاستيك اصبح من الصعب التفرقة بينها وبين العين الطبيعية .

والمهم الا تهتمى بكلام الناس فهم أيضا معرضون لحدوث ما عرض لك ففقد العين أو النظر أو أى مرض اخر لا دخل للانسان فيه وعليك أن تحمدى الله كل الحمد على ذلك .. وانت لست الاولى ولا الاخيرة التى يحدث لها ما حدث لك .

أما الدكتور على مرتضى فعيادته شارع ٢٦ يوليه رقم ١٨ (؟) بالقاهرة وعنوانه فى دفتر التليفون وعندما تنوين الذهاب اليه اتصلى بالمجلة وهى تسهل لك الاتصال بالدكتور وعرض حالتك عليه .

اريد حياة هادئة

طلقت من زوجى الاول ومعى ولد منه .. وتزوجت من سنتين من امام مسجد قال انه أعزب ولكن اتضح انه متزوج وله أولاد ورفضت الذهاب معه للسكنى مع ضرتى وبقيت مع ابنى أعيش من مرتبى ولكنه أخذنى بالعافية للسكن معهم واصبح يأخذ مرتبى بالضرب ويصرفه عليهم .. ان حياتى أصبحت جحيما وإكرهته على الطلاق وانا حامل منه والحياة فى بلدتى أصبحت لا تطاق فهل من وسيلة لنقلى من منطقة اسيوط التعليمية الى منطقة القاهرة لاترك الماضى وتعاسته .

بنت النيل : ننشر خطابك للمسئولين بوزارة التربية والتعليم عسى ان يجدوا فى قصتك داعيا لنقلك من بلدتك لتنسى الماضى وتستأنفى حياة هادئة .

هل أغضب والدى

انني طالبة ثانوى فى السابعة عشرة من عمرى لى ست أخوات وكلنا بنات توفيت والدتى التى كانت لى بمثابة كل شيء فى هذه الدنيا كانت تحيطنى برعايتها وعطفها وحنانها وكانت تتنازع مع اخوتى عندما يؤذوننى أو يضربوننى فقد كانت اختى الكبرى دائمة الشجار معى وعندما تخرج والدتى وتتركنى كانت تتوقف لى على أقل سبب وتضربنى وذات يوم وجدت أن كل اخوتى يقفون ضدى . فقد توفيت وتركتنى وانا فى سن العاشرة من عمرى تركتنى وحيدة فريدة للاحزان والالام والعذاب والشقاء فبعد وفاتها كانت أختى التى تقسو على دائما تقوم برعايتى رعاية تامة واخذت أحبها حتى زال كل ما بينى وبين اخوتى من خلاف واعتقدت اننى لم أفقد والدتى لاننى وجدت القلب الذى يماثلها ولكن القدر القاسى أبى على السعادة والهناء فحدث أن تزوج والدى بأخرى كانت فى سن أختى الكبرى وعشنا سعداء فى أول الامر ولكن حدث أن تنازعت أختى مع زوجة ابى بسبب اختى الاخرى التى لا اعرف ان كانت مجنونة ام عبيطة أو عاقلة فانها تعرف كل شيء ولكنها تتطور علينا أحيانا فتضربنا بما يقابلها من مقص أو سكين أو مكواة وحدث أن ضربت أختى هذه زوجة ابى فضربتها هى الاخرى فشاجرتها اختى الكبرى وهكذا فى كل مرة . ولما علم والدى بالامر بنى له شقة فى البيت الذى لا يسكنه سوانا فثارت اختى الكبيرة لهذا الامر وتخاصمت مع زوجة أبى ومنعتنا من مكالمتها وتألم والدى لذلك . وازاء تألم والدى تكلمت مع زوجته لارضيه وخاصة انها لم تؤذنى بأى شيء وخاصمتنى اختى الكبيرة لاننى أكلم زوجة أبى وامتنعت عن الاهتمام بشئونى فتولت ذلك زوجة ابى وبدأت أختى الكبيرة بترويج اشاعات عنى واتهمتنى بسوء الخلق وطول اللسان مع اننى بريئة من كل هذا . وانا لا اجيب عليها ولكنى اكرهها الان كرها شديدا وتكرهنى هى وباقى أخوتى المنضمين اليها . كل هذا لاننى أرضى والدى

ارشدينى عن حل ، هل أرضى اخوتى وأزعل والدى وماذا أفعل فى أختى المجنونة هذه سبب النزاع .

اليائسة بعابدين

بنت النيل : اخواتك قبل أن تطالبيهم بمحبتك . لماذا كل هذه الحملة على اخواتك ثم تقولين انك تعيشين وحيدة فريدة للاحزان والالام والعذاب والشقاء .

من أين أتيت بكل هذا وانت تعترفين ان اختك الكبيرة قامت برعايتك احسن رعاية بعد وفاة والدتكم وعوضتك عن فجيعتك بفقدانها ولولا انها تحبك ما قامت برعايتك بل على العكس لانتهزت الفرصة وقست عليك .

يبدو انك تظلمين اختك الكبيرة كما انك قاسية على اختك التى تقوم بتصرفات غير طبيعية وتسمينها المجنونة وكان الاجدر بدلا من ان تشتكى منها ومن جنونها أن تعطفى عليها بحنانك فهى فى حاجة لهذا الشعور من جانبكم جميعا ما دامت انها غير طبيعية وهى لا تدرى ولا تقدر مساوىء تصرفاتها ولذا وجب عليكم تحملها وعدم القسوة عليها.

وليس معنى ذلك اقرار ضربها لزوجة أبيك بل هى مخطئة لا شك ولكن يلتمس لها العذر مادامت مريضة ولا تدرك ما تفعل .

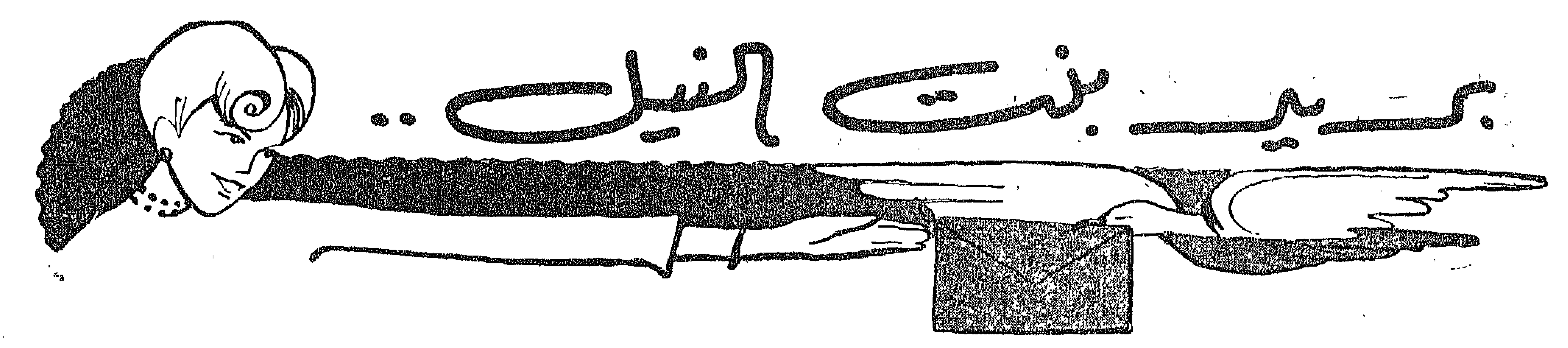
املئى قلبك بالمحبة لاخوتك ان رابطة الاخوة اسمى واغلى من أن تشوبها الكراهية التى تبدو فى خطابك اوقفى القتال بينكم قبل ان يستفحل الامر وتأكدى أن الالفة والاخوة لا تعوض .

ان اختك الكبيرة قد اخطات فى معاملتها لزوجة ابيك وفى اصرارها على عدم مكالمتكم جميعا لها اذ كان يجب عليها أن لم يكن ارضاء لزوجة ابيها فارضاء له هو ان تعاملها معاملة حسنة حتى تستمر العلاقات بينكما كما بدأت على احسن ما يرام .

والوضع الحالى من الامور يلقى عليك واجب التوفيق بين الطرفين

أما مشاجرة اختك مع زوجة أبيك فهى وان كانت مخطئة فى هذه الحالة ولكن لا تنسى أن شعورها وحبها لاختكم المريضة هو الذى دفعها لهذا التصرف وكان يجب على زوجة ابيك أن تقدر هذا الشعور وتتسامح معها .

انسى الماضى وسيرى فى طريق الخير ووفقى بين الطرفين وادفعيهم لهذا الطريق بدافع ارضاء والدك الذى لا شك يحب الجميع ويحبونه . كونى واسطة خير ودعى الكراهية « فالدم لا يكون ماء » .





ن٠م٠ب بالاسكندرية :

تسال عن فائدة الحقن فى علاج الدوائر السوداء ٠

اذا كنت قد تحسنت على هذا العلاج فالاصوب ان تعيدى الحقن مرة ثانية وحبذا لو ذكرتنا باسمها قبل اعادتها

انسة ١٠ نجا ـ منشية البكرى :

تسال عن علاج لسقوط الشعر لمريضة بالسكر ٠

سقوط الشعر عند مرضى السكر ظاهرة كثيرة الحدوث وخصوصا اذا كان السكر شديدا وليس معالجا علاجا صحيحا ـ المستحسن عرضها على طبيب حتى ينظم لها العلاج فتحصل على قدر وافر من الغذاء ويبطل سقوط شعرها ٠

بثينة ٠ ١٠ ف٠ شبرا مصر :

تزوجت منذ سنة ونصف ولم تنجب أطفالا ٠

أحيانا البلهارسيا تصيب الجهاز التناسلى وتسبب عقما فى الرجل ولكن هذا فى النادر ٠ وأهم علاج ان يعرض نفسه على اخصائى فى الامراض التناسلية حتى يقوم بفحص الافرازات فحصا دقيقا ليتحقق من سلامة الحيوانات المنوية ويجب ان يتم ذلك قبل ان تهتمى أنت بامرك ٠٠ اخصائى الامراض التناسلية كثيرون ويمكنك الاستدلال على أى واحد منهم ويستحسن ان يكون ممن يعملون فى مستشفيات الجامعات المصرية ٠

السيدة نبيلة ٠ ف٠ مصر الجديدة:

تشعر بألم وتنميل فى ذراعها الايمن ٠

ابنتها نحيفة وسمراء وضعيفة ـ من شكواك يخيل لى ان عندك التهاب فى أعصاب الذراع الايمن وضعف عام ٠ وأحسن علاج لذلك هو حقن فى العضل BENERVA FORTE يوميا لمدة ١٠ أيام مع أقراص FERROUS SULPH.

ـ أما ابنتك فيستحسن عرضها على طبيب لان حالتها قد تستدعى عمل بعض التحاليلات وخصوصا انها تأخذ دواء مقوى بدون فائدة ٠

فيوليت ٠ ع٠س ـ الاسكندرية

تشكو من ظهور رائحة كريهة وافرازات ٠

يجب عرض نفسك على طبيب اذ أنه يجب عمل تحليل للبول بعد ذلك يمكن اعطائك الدواء اللازم الذى يمنع رائحة البول وكذلك تمنع الافرازات ٠

امى٠ ح٠ا٠ م٠ :

تسال عن علاج لتقصف الاظافر

هذا ناتج من نقص المواد التى يتكون منها الظفر وعليك بأخذ حقن CALCIUM فى الوريد مع REDOXON وتغذية جيدة٠

حائرة بالمنصورة :

تظهر حبوب صغيرة جامدة بلون البشرة على وجهها وتخرج منها مادة بيضاء

ان بشرتك دهنية وهذه الحبوب الصغيرة عبارة عن اكياس دهنية ولازالتها يلزم تنظيم عملية الهضم بان تاخذى كل صباح قبل الفطور ملعقة صغيرة من ملح ANDREWS ويستحسن بعد عصرها ان تدهنى وجهك بماء الكلونيا أو السبرتو الابيض حتى يبقى الجلد نظيفا ولا تظهر الحبوب مرة ثانية ٠

ف٠ عويس ـ المنيا :

فى الخامسة عشر من عمرها ينزل الرحم سائل لزج ذو رائحة كريهة

السائل المهبلى الذى تجدينه هو افراز طبيعى ولكن زيادته غير طبيعية ويمكن تقليلها باخذ حقن PROGESTRONE ولكن يجب أن يكون ذلك تحت اشراف طبيب اخصائى فى أمراض النساء اذ قد تؤثر هذه الحقن فى عمل المبايض٠

سعدية ـ الاسكندرية :

تشكو من وجود قشر بشعر رأسها منذ حوالى سنتين ٠

يستحسن استشارة طبيب اخصائى فى الامراض الجلدية اذ قد يكون هذا القشر بالرأس ناتج عن ميكروبات تصيب فروة الرأس

الحائرة آمال٠ س٠ل :

تسال عن علاج لنمو الثديين وتسال هل هناك أمل فى طول القامة بعد سن ١٩ سنة ٠

نمو الثديين عادة يتبع نمو الجسم وفى كثير من الاحيان يكون عدم



الانسة م ٠ حسنى ـ بالمنيل :

تطلب دواء لغزارة الشعر واسم الشامبو الصالح لشعرها الاسود الناعم ٠

اغسلى شعرك مرة فى الاسبوع بشامبو DOPAL ثم دلكيه ببريانتين فيتابوانت يوميا ثم افرديه يوميا بفرشة نايلون مضلعة Dr. Krull

د ٠ ١ ٠ ـ مشتركة بطنطا :

تطلب مكياجا لبشرتها السمراء ٠ وشعرها اسود مجعد ٠

الاجابة الصحيحة

١ ـ ١٢٠ الف عامل
٢ ـ الامبراطورة أوجينيه
٣ ـ دزرائيلى
٤ ـ الاميرال هوايت
٥ ـ ٢٦ يوليو سنة ١٩٥٦

أعادت له الحياة

(بقية ١٣)

ثم تذهب حرة من كل قيد ، مجابة الطلب فى كل ما تسأل ٠٠ حتى ولو كان زوجا ثانيا ، وأن أصبح لها والدا ٠٠

وأشرقت الشمس مرة أخرى فى حياتى ، وأنا فى خريف العمر ، فأدارت رأسها ، وتركتنى فى نشوة لا مثيل لها ٠ فقد رزقت بولد ، وأسميته هو الاخر «سمير» ٠٠

وأحسست بأن جزءا غاليا منى قد رد الى ٠٠ بل ان شئت الدقة ، أحسست أننى ولدت مرة أخرى ٠٠ »

هذه هى قصة « عمى صبرى أو صبرى بك» وهى الى هذا الحد ، تكفى جدا لان تجعل منه انسانا سعيدا موفقا فى الحياة ٠٠٠

ولكن هل أقول لكم السبب الحقيقى لهذه النشوة التى تدير رأس عمى صبرى ؟

اننى لن أستأذنه هذه المرة ، وسأذيع لكم سره الدفين ٠٠٠

لقد اكتشف أن زوجته الشابة تحبه ٠٠٠ وأنها تفضله عن كل الرجال ٠٠ لا تعجب فهن النساء !

ع ٠ ع

استعملى الماكياج الاتى : كريم للوجه
Melting Cleansing Cream
ماكس فاكتور وبودرة للوجه
ماكس فاكتور لون ناتوريل ـ أحمر شفايف ريفلون لدن
Desert Powder
ثم ارسمى على ركن العين شرطة كحل خفيفة ـ أما عن بياض العين الاصفر استعملى Cynarose
٣٠ نقطة مع قليل من الماء ٣ مرات يوميا قبل الاكل .

م ٠ ا ٠ ا ـ الدقى :
شعرها ناعم ولكنه خشن من الامام أخذ يتساقط من الجوانب تطلب علاجا .

اتبعى الطريقة الاتية : اذهبى الى صالون حلاقة للسيدات وقصى شعرك ثم اعملى حمامات زيت شعر وتدليك في شعرك من الامام مرة فى الاسبوع بمعرفة الحلاق . ثم خذى Vitamin B Complex
٣ حبات فى اليوم بعد الاكل لمدة شهرين .

حرم ى ٠ المغربى :
يتساقط شعرها بعد الحمل ويتقحف ـ تعرق كثيرا أثناء الشتاء .

اوقفى فورا استعمال الزئبق وزيت الزيتون لانه ليس له أى فائدة ثم اتبعى الطريقة الاتية : قصى شعرك عند الحلاق واغسليه مرة فى الاسبوع بشامبو دوبال ثم دلكى شعرك بكريم Biorene
يعود شعرك كما كان قبل الحمل . أما العرق الشديد فربما يكون ناتجا عن الكبد أو المرارة فاستشيرى طبيبك الخاص .

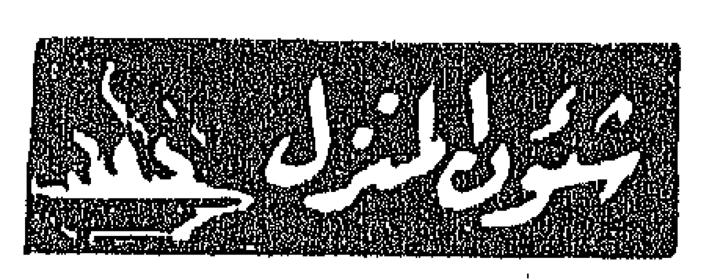
ف ٠ ر ٠ ا ـ العباسية :
تشكو من خشونة شعر الحواجب وعدم انتظام الشعيرات وتطلب علاجا لمنع سقوط الشعر .

اذهبى للحلاق لتصليح حواجبك بالمقص والملقاط ثم دلكيهم يوميا بزيت خروع فتعود الى حواجبك نعومتها .

أما لمنع سقوط الشعر . قصى شعرك أولا عند الحلاق ثم اغسليه بشامبو دوبال مرة فى الاسبوع ثم دلكيه يوميا بسائل سلفكرين فيعود لشعرك غزارته ونعومته .

الحائرة بالشرقية : ن ٠ م ٠ ع ـ
تشكو من النحافة وفقدان الشهية وتريد عمل عملية ترقيع فى الثدى بسبب صغره .

اشربى يوميا رطلين لبن حليب ثم تناولى
Vitamin B Complex
حبة ٣ مرات يوميا بعد الاكل ـ أطباء التجميل لا يمكن أن يقوموا باجراء عملية لتكبير الثدى انما لتصغيرهما فقط .



سيدة ر٠ بالحدائق :
تسأل عن طريقة عمل جيلاتى الفراولا باللبن . سأنشر لك طلبك فى العدد القادم ان شاء الله

السيدة مارى انيس عوض الله :
تطلب نشر عمل مربة البلح السمانى وتخليل الزيتون الاخضر على الطريقة الحديثة .

سبق ان نشرت طريقة عمل مربى البلح فى أعداد كثيرة وكذلك الزيتون الاخضر المحشو وغير المحشو .. أما وقد انتهى موسمهما فان شاء الله نحقق لك رغبتك فى فرصة أخرى

ف٠ع٠ ٠ الجيزة :
تريد شرح أخذ مقاسات لبيجاما رجالى وطريقة عمل البترون . يؤخذ أولا طول الظهر ـ وطول الجاكت ـ ودوران الصدر ـ وعرض الاكتاف ـ ودورات الجنبين وطول الحجر والطول الكلى وطول الكم . أما طريقة عمل البترون فسننشره لك فى عدد قادم .

المشتركة ل ٠ فؤاد ـ بالزيتون :
تسأل عن تنظيف البالطو الفرو .

اتصلى بمحلات سيستوفاريس ٢٣ شارع قصر النيل أو ريتها اخوان ١٦ شارع عبد الخالق ثروت بمصر . فهذه المحلات مختصة بالتنظيف وعمل الاصلاحات اللازمة .

بين المحررة والقارئات

انسه ليل عبد الرحمن :
تعمل مدرسة بشهادة الكفاءة للتعليم الاولى وتسأل عن شروط التعليم بالقسم الاضافى وهل تستطيع الدراسة به من منزلها ؟
المحررة : اتصلى بمكتب الشئون العامة بوزارة التربية أو بمكتب شئون الطلبة بالمنطقة للحصول على كافة البيانات اللازمة .

السيدة قارئة بأسيوط :
تقول انها قدمت طلبا منذ خمسة أشهر لوزارة الشئون الاجتماعية لالحاقها باحدى الوظائف التى أعلن عن طلب موظفات لها يحملن مؤهلات فى الولادة ورعاية الطفل وهى سيدة متزوجة وأم لخمسة أولاد .. وتريد العمل لمعاونة زوجها على مسئوليات الحياة .
المحررة :
اتصلنا بالمختصين فى مجلس الخدمات العامة .. ووعدوا ببحث طلبك وافادتك .



تأخير كالعادة

عن هربرت هايس
ترجمة الاميرالاي عبد الفتاح ابرهيم

كنت بالكاد قد بدأت حلاقة ذقني وانا احاول فى ذات الوقت مطالعة جريدة المساء ·· ولكنى كنت أعرف أن الوقت يمر بسرعة وأن زوجتى جان يحلو لها الوقوف طويلا أمام المرآة ·· ولكن ليس فى هذه الليلة فسنذهب الى المسرح فى حفلة المساء ·· ومن الضرورى أن نصل على الاقل قبل أن ترتفع الستار بدقائق ·· وقلت :

ــ كم من الوقت لا زال أمامك ··

ــ سأسرع ·· لا تكن عجولا ··

وبدت كلماتها وكأنها تضع فى فمها بعض هذه الدبابيس الطويلة التى تعقص بها شعرها ·· وقلت بصوت عال من جديد :

ــ تذكرى أن الستار يرتفع فى السابعة ··

ــ أعرف هذا ·· اننى أكاد انتهى من ارتداء ثيابى ··

وكنت أعرف انها احيانا تسرع فى ارتداء ثيابها ·· وربما كانت صادقة فى هذه المرة ·· فهى تحاول فى بعض الاوقات ان تثبت لى اننى لا انتظرها دائما حتى تنتهى من ارتداء ثيابها ··

وعلا صوتى وانا اعنف نفسى قائلا :

ــ ما هذا ؟!

وقالت :

ــ هل قطعت أذنك بالموسى يا عزيزى ·

وقلت :

ــ اجل مع اننى فى الواقع احوج ما اكون لكل آذان العالم كى أستطيع متابعة التمثيل من هذه المقاعد التى احتجزتها ··

ــ أرجوك أن تسرع ولا داعى للحديث حتى لا تقطع أذنك الاخرى ·

وصمت على مضض وانا أضع بعض قطرات من الكحول على أذنى وازيل آثار الدماء من حوض المياه ، وفى اللحظة التالية سمعت صوت زوجتى جوان :

ــ هل أعد لك قميصك يا عزيزى ··

وبدت في صوتها مسحة من السخرية وقلت :

ــ لا داعى لهذا ، فانا قادم لتوى ··

ــ على أى حال أرجوك يا عزيزى أن لا تنسى بأن الستار ترفع فى السابعة تماما ··

وقلت وأنا أدخل باب غرفة النوم والقى بالصحيفة على الفراش :

ــ هذا ما قلته لك من قبل ··

والقت نظرة جانبية على الفراش لترقب الصحيفة التى قذفت بها متعجلا :

ــ أهـا ·· كنت تقضى الوقت فى مطالعة الصحيفة ·· لا يدهشنى فى الواقع اننا نصل دائما بعد الموعد ·

ــ لست أنا السبب ·· ثم اننى لا أراك متأهبة للخروج كما تقولين ·· بل يبدو لى انك أقرب لان تكونى خالعة ثيابك بدلا من ارتدائها ··

ــ أرجو ان توقف هذه الفكاهات وتسرع في ارتداء ثيابك حتى يمكن أن نصل فى الموعد ·

ــ سأكون على أتم استعداد فى لحظات فقط ·· هل تحدثت تليفونيا لطلب سيارة ان لم تكن قد فعلت ·

واسرعت الى التليفون ·· ولكن لم يكن هناك فى الطرف الاخر من يهمه الوقت واخيرا بعد دقائق سمعت فى الطرف الاخر من يسألنى عن حاجتى وطلبت السيارة ·· ثم اسرعت أصعد الدرجات كل ست معا ·· وارتديت ثيابى فى سرعة يحسدنى عليها أى جندى من جنود المطافىء ·· واكتشفت فى سرعة المكان الذى تخفى فيه زوجتى جوان اجمل اربطة العنق ·· واكثرها اناقة ··

ثم ارتديت معطفي وانا أقول
ـ ها انا على أتم أهبـة للخروج ..

وقالت جوان :

ـ سألحق بك حالا انزل انت الى الطابق الارضى لتستوقف السيارة عند وصولها ..

وهبطت الى الباب الخارجي لاجد السيارة تقف امامه ، وقلت للسائق ان زوجتي ستصل بعد دقيقة واحدة .. ويبدو أن الرجل نفسه لم يكن متعجلا لانه أسند رأسه الى عجلة القيادة فى صمت .

واشعلت لفافة تبغ ورحت أذرع أرض الغرفة الخارجية بقدمى .. ولكن زوجتي جوان لم تبد فى اعلا السلم بعد ..

وجلست على أول مقعد فى جوار الباب الخارجي وامسكت بصحيفة الصباح التى كنت قد تركتها هناك ثم حدقت فى ساعتى وانا أقول :

ـ الست قادمة

ـ فى لحظة واحدة

واسرعت الى الباب لاطمئن السائق على قرب حضورها .. ولكن الرجل لم يرفع حتى رأسه الى فلم يكن هو الاخر متعجلا ..

واشعلت لفافة تبغ ثانية ثم رحت اذرع الغرفة بقدمى من جديد ، وعدت فجلست على المقعد وانا أحاول مطالعة الصحيفة لاسيطر على أعصابى .. ولكنى أخيرا اضطررت لان اصرخ بصوت عال :

ـ ماذا تفعلين .. ألا ينتهى هذا كله ..

وظهرت زوجتي جوان فى أعلا السلم ..

ـ لقد كنت أضع بعض المسحوق على وجهى ..

واسرعت جوان تهبط الدرج ثم انفلتت بسرعة نحو العربة .. وتبعتها الى السيارة وفى اللحظة التى كدت أغلق فيها باب السيارة لتبدأ السير التفتت جوان نحوى قائلة :

ـ هل احضرت مفاتيح الباب الخارجى ..

واسرعت اعتلى الدرج وعدت من جديد الى السيارة .. وبدلا من أن تبدأ السير قالت :

ـ هل تذكرت المنظار المقرب لنستطيع رؤية المسرح جيدا ..

وقلت وانا اتنفس بقوة :

ـ لا .. لم احضرها ..

واسرعت من جديد فعدت بالنظارات الكبيرة لنستطيع رؤية المسرح من هذه المقاعد البعيدة التى ابتاعتها .. ولكننى فى اللحظة التى اقتربت فيها من باب السيارة سمعتها تقول من الداخل بصوت خافت :

ـ لقد تركت التذاكر فوق هذه المنضدة الصغيرة فى غرفة النوم ..

واسرعت للمرة الثالثة أصعد الدرج لاعود بالتذاكر التى كانت جوان قد تركتها .. ولكن قبل أن أصل الى السيارة تذكرت اننى لا أحمل أى نقود فعدت من جديد لاعود للمرة الرابعة حاملا حافظة نقودى فى يدى ، فلم أرد حتى التوقف حتى أضعها فى داخل معطفى ..

وعندما اغلقت باب السيارة كى تبدأ السير رأيت زوجتي جوان تحدق فى ساعة معصم يدها وهى تقول ساخرة :

ـ دائما انت الذى يعطلنا يا عزيزى .. فى الواقع اننى لا افهم كيف لا تستطيع ارتداء ثيابك بسرعة ..

وقلت وانا اضغط على أسنانى بقوة حتى لا انفجر من الغضب :

ـ ولا أنا ايضا أستطيع أن افهم السبب يا زوجتى العزيزة !!



صاحبات الحظ السعيد
الفائزات بـ ٣٠ غسالة « وشبورد »
هدية من مجلة « بنت النيل »

رغبة من مجلة « بنت النيل » فى توطيد الصلة بينها وبين قارئاتها اعلنت عن توزيع ٣٠ غسالة يدوية « ووشبورد » الحديثة للغسيل باليد توزع بين القارئات مجانا بطريقة القرعة لتسهل لربة البيت تنظيف الملابس دون الاضرار بنسيجها كما هو المتبع فى طريقة الغسيل المتبعة الآن

وقد الفت لجنة لهذا الغرض برياسة الدكتورة درية شفيق اجتمعت فى يوم ٢٠ سبتمبر الماضى وقامت اللجنة بسحب ٣٠ كوبونا فازت صاحباتها بالغسالات الحديثة

ومجلة « بنت النيل » اذ تعلن اسماء الفائزات صاحبات الحظ السعيد ترجو للواتى لم يسعفهن الحظ ان يكون لهن فى هذا الشهر حظ الفوز بهذه الغسالة — راجعى صفحة ٧٧ واملئى الكوبون الموجود بها وارسليه الى ادارة مجلة « بنت النيل » قبل يوم ١٥ الجارى

الفائزات هذا الشهر

اما الفائزات فى هذا الشهر فهن السيدات والانسات :

١ — سميحة عبد العزيز عفيفى ١٠ شارع اسحق توفيق حدائق القبة

٢ — نادية عبد المنعم المنيرى ١ شارع الدقى الجيزة

٣ — حرم المهندس جودة محمود السيد ٢٤ شارع الامل ميدان توفيق مصر الجديدة

٤ — منى محمد حسين ٤٠ شارع محمود فهمى المعمارى — السكاكينى مصر

٥ — فوزية حافظ عبد السلام ٤٨ شارع قرقول المنشية الحلمية الجديدة

٦ — حرم رءوف صابر فهمى ١٤ شارع الحلمية مصر الجديدة

٧ — فاطمة نوفل ٢٥ شارع البرامونى عابدين مصر

٨ — نادية كمال مرعى ٢٢ شارع سامى البارودى باب الخلق مصر

٩ — نوال محمود ٦ شارع عثمان بك المتفرع من طومنباى الزيتون

١٠ — سميرة بيومى حسن حارة عمر السباعى الترعة البولاقية شبرا مصر

١١ — زينب محمد جبر شارع مدارس رقى المعارف جزيرة بدران شبرا مصر

٢١ — السيدة انتا فؤاد ١٢ شارع فؤاد مصر

١٣ — احسان مرسى محمد ٨ عطفة الوزانى شارع ابو الحسن الموسكى

١٤ — نادية عبده يوسف ٨ شارع الشيتى شبرا مصر

١٥ — عديلة فتحى العياط شارع رشدان الدقى

١٦ — اميمة رمضان لبنان بيروت طريق الحديدة ملك البعلبكى

١٧ — عواطف على مرسى شارع راغب خلف ١٢ اسكندرية

١٨ — فهيمة جندى عوض اجزخانة الدكتور رمزى مغاغة

١٩ — ليلى محمد حسن ابو الخير شركة ماتوسيان بنى سويف

٢٠ — ايفون صادق حبشى شركة الكوكاكولا اسيوط

٢١ — وصفية درويش حسنين عزبة البرج دمياط

٢٢ — عواطف يوسف رزق شارع الجيش شبين الكوم

٢٣ — حرم الدكتور عبد الرحمن مصطفى شابة مركز دسوق

٢٤ — خيرية محمد موسى شارع النصارى والكيالى السويس

٢٥ — حرم يسن محمود عبد الحميد كهربة خزان اسوان

٢٦ — نجوى عبد المنعم الدماطى ١ شارع غياث الدين طنطا

٢٧ — افراح محمود فهمى شركة الغزل المحلة الكبرى

٢٨ — نادية السلامونى اسكندرية مطافى

٢٩ — السيدة رسمية عويس خضر ناظرة الاقباط بنى سويف

٣٠ — يسرى سعيد الحلو غزة فلسطين الشجاعية شارع الملك فيصل

طريقة استلام الغسالة

وعلى الفائزات ان يحضرن بانفسهن الى دار بنت النيل لاستلام الغسالة اذا كن مقيمات بالقاهرة

اما اللواتى يقمن خارج القاهرة فعليهن الحضور بانفسهن او توكيل من يرون لتسلم الهدية من ادارة المجلة

وبادرى باستلام غسالتك قبل يوم ٢٠ الجارى حتى لا يسقط حقك فيها

ورشة حفر فنديان

مطابع شركة الاعلانات الشرقية



قاومي برد الشتاء
بتناولك فنجان قهوة ساخنة
Chase & Sanborn
Instant Coffee
تشيز وسانبورن
أنستانت كوفي

... والآن أيديال دى لوكس ..

شاهدها اليوم
فى جميع صالات
عرض إيديال

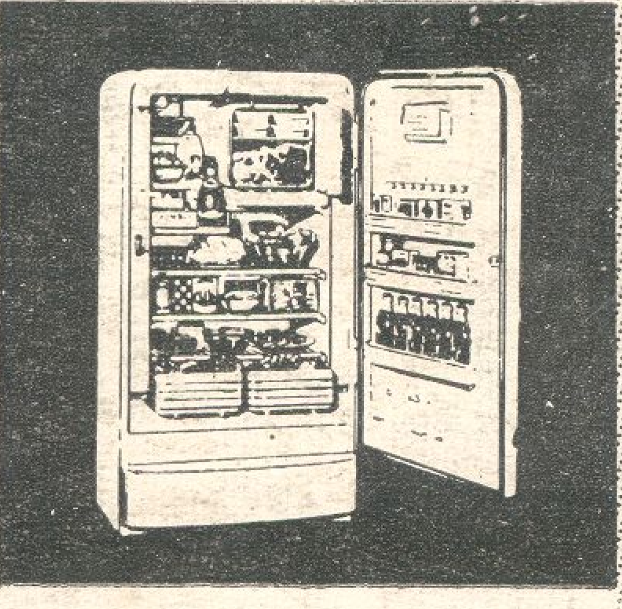
بفريزر بعرض الثلاجة

طُرفة جديدة تخرجها مصانع ايديال : **الثلاجة** الكهربائية ايديال دى لوكس سعة ٨ قدم مكعب ! ان هذا الموديل الجديد يحتوى على جميع المميزات الموجودة فى ثلاجة ايديال الكهربائية ٥ر٧ قدم مكعب **مضافا اليها** فريزر واسع جدا بعرض الثلاجة وباب جديد متسع .



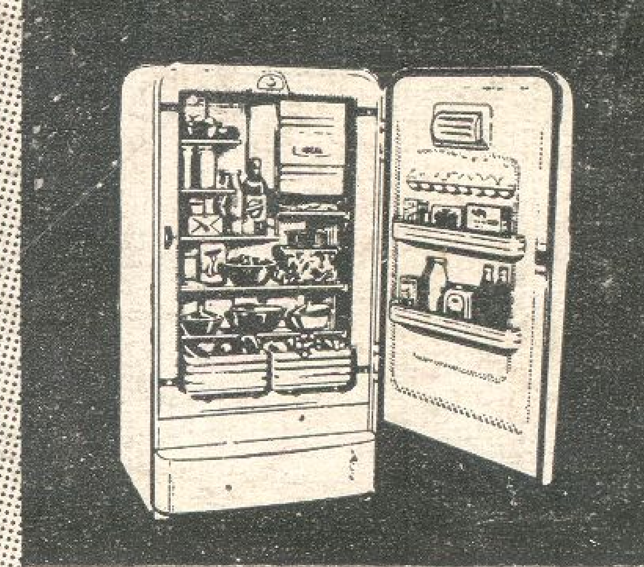
٨ قدم مكعب

نقدًا ١٣٥ جنيها
او ١٥ جنيها دفعة اولى
٦٠٠ر٥ جنيهات شهريا لمدة ٢٥ شهرا



٧و٥ قدم مكعب

نقدًا ١٢٠ جنيها
او ٩ جنيهات دفعة أولى
٥ جنيهات شهريا لمدة ٢٥ شهرا



٥ر٧ قدم مكعب

نقدًا ٥٠٠ر٩٧ جنيها
او ٥٠٠ر٨ جنيها دفعة أولى
٤ جنيهات شهريا لمدة ٢٥ شهرا

- مضمونة ٥ سنوات
- مصنوعة بترخيص من شركة بوش
- مجهزة بمحرك صامت مبرشم ماركة بوش
- تسلم بقفل ومفتاحين دون مقابل

ثلاجات إيديال الكهربائية فى متناول الجميع

القاهرة - ٢٨ ش عدلى - ٨ ش ٢٦ يوليو - ١٦ ش عماد الدين - ٢٢ ش شبرا - ١٧ ش ابراهيم اللقانى بمصر الجديدة - الاسكندرية - ٥٩ ش سعد زغلول - ٣ ش محطة مصر - ٣٢ ش شريف - ٥٢ ش صفية زغلول • بورسعيد - السويس - الاسماعيلية - طنطا - دمنهور - الزقازيق - بلقاس - المنصورة - المنيا - اسيوط